



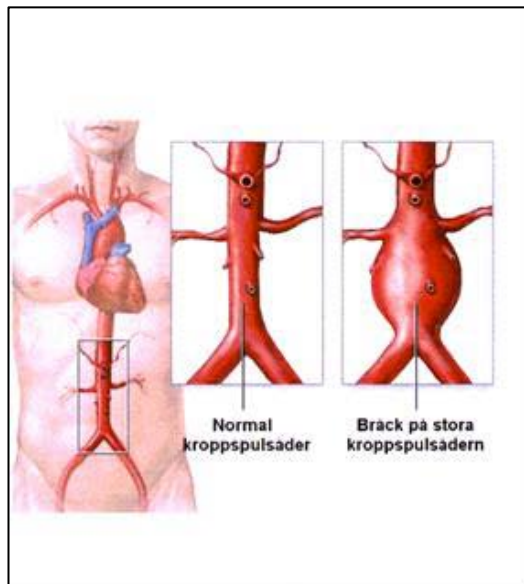
Kroppspulsåderbräck

Patientinformation från verksamhet Thorax-Kärkliniken

Information till Dig som har ett kroppspulsåderbräck i buken

Screening av Din kroppspulsåder i buken har visat att Du har ett bräck på denna, ett så kallat bukaortaaneurysm eller Abdominellt Aorta Aneurysm, förkortat AAA. Att få detta besked kan orsaka olika känslomässiga reaktioner. Det kan upplevas som en trygghet att vara under uppsikt, men det kan också upplevas som en begränsning i Din livssituation. Beskedet att ett kroppspulsåderbräck sakta kan tillväxa kan ibland orsaka en känsla av uppgivenhet, att det inte finns någon möjlighet att påverka det hela. Här får du information om vad det innebär att Du har ett kroppspulsåderbräck, vad Du själv kan göra för att bromsa utvecklingen samt olika behandlingsalternativ. Du kommer att få träffa en kärkirurg inom en månad, då Du har möjlighet att få svar på ytterligare frågor! Skriv gärna ned dem, det finns plats längst bak i denna skrift!

Vad är ett kroppspulsåderbräck?



Ett kroppspulsåderbräck beror på en försvagning av blodkärlväggen, vilket har lett till en vidgning, en bräckbildning. I princip kan alla pulsådor i kroppen drabbas, men vanligen gäller det kroppspulsådern i buken. Ungefär 5 % av alla män över 65-års ålder har ett kroppspulsåderbräck och i praktiken förekommer det inte under 50 års ålder. Kroppspulsåderbräck är inte besläktat med pulsåderbräck i hjärnans blodkärl eller åderbräck på benen utan dessa har andra orsaker.

Revisionsdatum

2015-01-16

Vad beror kroppspulsåderbräck på?

Kroppspulsåderbräck är 5-7 gånger **vanligare hos män** än hos kvinnor och förekomsten av tillståndet **ökar med stigande ålder**. Det finns en **ärftlighet** som är starkast från mödrar till söner och från fäder till söner. Döttrar till personer med kroppspulsåderbräck har obetydligt högre risk än kvinnor i allmänhet.

Rökning och kroppspulsåderbräck

Förutom manligt kön, hög ålder och ärftlighet är **rökning den absolut viktigaste påverkbara riskfaktorn**. Dels innehåller cigarettroken i sig giftiga ämnen som påverkar kärlväggen på ett försvagande sätt och dels leder rökningen till KOL (Kronisk Obstruktiv Lungsjukdom), högt blodtryck (hypertoni) och störd blodfettbalans. Samtliga är också i sig är riskfaktorer för uppkomsten av kroppspulsåderbräck. Även övervikt är en riskfaktor för kroppspulsåderbräck.

Dessutom påskyndar fortsatt rökning vidgningen av kroppspulsåderbräcket och ökar risken för att det brister. Rökning medför även högre risk för hjärt-lungkomplikationer, sårinfektioner och död vid en eventuell operation.

Kroppspulsåderbräck och ärftlighet

Om Du har söner så rekommenderar vi att de kontaktar sin distriktsläkare när de närmar sig 55-års ålder, så att distriktsläkaren kan beställa en ultraljuds-undersökning av deras kroppspulsåder. Har Du bröder som är över 55 år bör de också kontakta sin distriktsläkare för utredning enligt ovan.

Är ett kroppspulsåderbräck farligt?

Ett kroppspulsåderbräck tillväxer långsamt och **kan** så småningom brista, vilka ofta leder till döden. I Sverige orsakade brustet kroppspulsåderbräck ca 1000 dödsfall per år, innan man började med screeningundersökningar. Om ett kropps-pulsåderbräck är mindre än 5-6 cm i diameter är risken för att det ska brista liten.

För att förhindra att ett stort kroppspulsåderbräck brister rekommenderas en förebyggande operation. Operationen i sig är inte riskfri men i Sverige dör färre än 2 % av dem som genomgår planerad (icke-akut) operation för ett kroppspulsåder-bräck. Först när kroppspulsåderbräcket är större än ca 5-6 cm i diameter är risken att det brister större än riskerna vid en operation, och detta är skälet till att vi väntar med att rekommendera operation tills det uppnår denna storlek.

Är Ditt kroppspulsåderbräck litet kommer vi att följa det framöver och **OM** det uppnår en storlek kring 5-6 cm i diameter kommer vi att utreda Dig inför en eventuell operation. Detta gör att Du själv har goda möjligheter att minska riskerna, både för att kroppspulsåderbräcket vidgas men även vid en eventuell operation, se nedan!

Operationsmetoder

Ett kroppspulsåderbräck kan opereras på två principiellt olika sätt:

1. Med så kallad **öppen operation**, vilket innebär att patienten är sövd, och att kärlkirurgerna via ett snitt i bukväggen ersätter den bräckomvandlade delen av kroppspulsådern med en konstgjord kärlprotes. Operationen tar normalt 2-3 timmar och patienten behöver i normalfallet sjukhusvård i 4-6 dagar.

2. Med så kallad **endovaskulär teknik**, vilket innebär att patienten oftast är sövd men att han eller hon kan vara vaken vid operationen och att kärlkirurgerna i lokalbedövning, via punktioner i ljumskarnas blodkärl fodrar kroppspulsådern inifrån med ett kärlprotesklätt metallnålrör. Detta kallas **EVAR**. Även detta ingrepp tar 2-3 timmar och patienten behöver i normalfallet sjukhusvård i 3-4 dagar.

I Östergötland använder vi oss av bägge metoderna, vilka båda har olika för- och nackdelar. Vilken metod som passar just Dig, avgörs av kärlkirurgen som utreder Dig, om Du framöver skulle behöva opereras.

Vad kan Du göra själv för att minska risken med Ditt kroppspulsåderbräck?

1. **Om Du är rökare bör Du absolut sluta!** Därigenom bromsar Du tillväxthastigheten, minskar risken att kroppspulsåderbräcket brister, motverkar eventuellt högt blodtryck, minskar risken för KOL, förbättrar blodfettbalansen samt minskar riskerna markant vid en eventuell operation. Kontakta vid behov Din vårdcentral för råd och hjälp att sluta röka!

2. Du bör ha **ett välreglerat blodtryck**. Enklast kontrollerar Du detta genom att gå till Din vårdcentral och be distriktssköterskan kontrollera blodtrycket vid tre tillfällen under en vecka. Om blodtrycket då ligger för högt, hjälper distriktssköterskan Dig att få en tid hos Din distriktsläkare som kan sätta in eller justera eventuella blodtrycksmediciner.

3. Du bör äta en **blodfettsänkande medicin**, exv. Simvastatin, Zocord, Lipitor, Pravachol, Pravastatin, Lescol, Crestor etc. Denna medicin minskar risken för hjärtkärlsjukdom rent allmänt. Om Du inte redan står på sådan medicinering så kommer vi att hjälpa Dig med recept.

4. Du bör äta en **proppförebyggande medicin**, exv. Trombyl eller Plavix. Denna medicin minskar risken för proppbildningar orsakade av kroppspulsåderbräcket och skyddar Ditt hjärta. Vi hjälper Dig vid behov med recept.

5. Är Du överviktig bör Du **gå ned i vikt**. Detta minskar riskerna vid en eventuell operation. Kontakta vid behov Din vårdcentral för råd angående viktnedgång!

6. Fortsätt eller börja **motionera!** All "kondition" Du kan skaffa innan en eventuell operation minskar riskerna vid denna och hjälper Dig att snabbare återhämta Dig efteråt! Dagliga promenader på minst en halvtimme är utmärkt motion! Motion sänker dessutom Ditt blodtryck, förbättrar Din blodfettbalans och hjälper Dig att gå ned i vikt. **Det är inte farligt att "ta i" på ett rimligt sätt eller att lyfta tungt om Du har ett kroppspulsåderbräck. Inte heller sexuell aktivitet är farligt!**

7. Du bör **äta sunt**, dvs. mycket frukt och grönsaker, nötter och fisk.

Plats för egna anteckningar och frågor:

Ursprungligen framtagen av överläkare Jakob Hager, kärlenheten, Thorax-Kärl kliniken 2011 05 10