

# Palpitazioak, ba ote kezkatzeko arrazoirik?

**Jabier Agirre**

Medikua eta OEEko kidea

**Palpitazioak edo bihotz-taupada nabarmenak edonor kezkatzeko moduko sintoma dira. Baina, egia esateko, kasurik gehienetan ez daukate aparteko larritasunik. Sarritan gertatzen direnean, edota beste sintoma batzuekin batera agertzen direnean (zorabioak, pultsua asaldatuta, etab.), orduan bai, hobe dugu medikuarengana joan.**

NORMALEAN BIHOTZAREN TAUPADAK OHAR-KABEAN PASATZEN DIRA, eta ez gara konturatu ere egiten. Bihotzak taupadak ohikoak ez diren intentsitatearekin edo erritmoarekin egiten dituenen bakkarik nabaritzen ditugu. Horri esaten zaio palpitzazioak edukitzea.

## Zergatik sortzen dira palpitzazioak?

Bihotza muskulu bat da, eta bere barruko odola arterietarantz kanporatu eta bultzatzeko modu erritmikoan uzkuertzen da. Uzkuertura horien erritmoa aldatu egiten da pertsona batetik bestera, baina, oro har, minutuko 60-90 taupada bitartean egiten ditu.



ARTXIBOKOA

Uzkuertura horiek azkartzen edo motel-tzen direnean, edo baita erritmo irregularrean gertatzen direnean ere, orduantxe egiten dira nabarmen, eta konturatu egiten gara.

### *Antsietatea*

Kasurik gehienetan, palpitzazioak aldaketa edo asaldura emozional baten ondorioz gertatzen dira. Antsietateak, beldurrak edo estresak palpitzazio-krisi bat eragin dezakete. Normalean, krisiek minutu gutxi batzuk irauten dute, eta ez dute ondorio larririk edukitzen.

### *Kafea, alkohola, tabakoa*

Kafea, te beltza, alkoholun edariak, tabakoaren nikotina, eta gisa horretako substantzia estimulatuak gehiegi

hartzeak bihotzaren erritmoa alda dezake. Baita kokaina bezalako drogek eta zenbait pilulak edo botikak ere.

### *Gaixotasunen sintoma gisa*

Anemiak, hipertiroidismoak, hipogluzemiak edo sukarrak berak ahalegin gehigarria egitera behartzen dute bihotza, eta, horrexegatik, palpitzazioak ager daitezke.

### *Botikak, sendagaiak*

Azkenaldi honetan palpitzazioak izan badituzu, irakur itzazu arretaz hartzen ari zaren medikamentuen prospektuak, gerta daiteke eta botika batzuek (arthritisaren edo depresioaren kontrakoek, hormona tiroideoek, etab.) palpitzazioak eragitea.

### Bihotzeko arazoak

Azkenik, bihotzeko patologia batzuen sintoma ere izan daitezke palpitazioak. Bihotzeko taupadak bizkorregiak izan daitezke, motelegiak edo arritmikoak.

## Zer egin behar da?

Lehen esan bezala, palpitazioek kezka eta urduritasuna eragiten duten arren, normalean, inolako beste sintomarik agertzen ez bada, ez dago beldurtzeko arrazoirik. Palpitazioekin batera pultsua asaldatzen bada, minutuko 120 pultsazio kontatzen baditugu, adibidez, edota erregularrak izan ordez erabat arritmikoak baldin badira, medikuarengana joatea komeni da. Eta espezialistarengana joaten bagara, ondorengo proba hauetakoren bat egingo digu, seguruenik.

### Elektrokardiograma

Proba honek bihotzaren jarduera elektrikoa neurtzen du, eta, horri esker, bihotz-erritmoaren asaldurak atzemateko modua ematen digu.

### Holter monitorizazioa

Grabagailu bati lotzen zaion elektrokardiograma bat da, walkman bat balitz bezala. Pazienteak 24 orduetan soinean eramaten du, eta, egunean zehar behin baino gehiagotan, bihotzaren jarduera elektrikoa erregistratu eta monitore batean ikus daiteke.



Elektrokardiogramak bihotzaren jarduera elektrikoa neurtzen du, eta bihotz-erritmoaren asaldurak atzemateko modua ematen digu.



Bihotzaren erritmoa aldatu egiten da pertsona batetik bestera, baina, oro har, minutuko 60-90 taupada bitartean egiten ditu.

Horrela, palpitaziorik baduen ala ez erregistratzen da.

### Ikasketa elektrofisiologikoa

Elektrokardiograma (EKG) nahikoa ez baldin bada, ikerketa elektrofisiologikoa egiteko premia eduki dezake medikuak, baldin eta diagnostikoa zehaztu nahi badu. Zangoko bena edo arterietan (normalean benetan) kate-ter batzuk sartzen dira, hodi fin-finak,

“*gehienetan, palpitazioak aldaketa edo asaldura emozional baten ondorioz gertatzen dira*”

eta bihotzeraino eramaten dira, aurikula eta bentrikuluetaraino. Kable horiek bihotz-barrunbe bakoitzaren jarduera erregistratzen dute, eta bihotzaren funtzionamendua estimulatzeko gai dira, elektrizitatearen laguntzarekin. Argi eta garbi erakusten dute zerr-nolakoa den bihotzaren funtzionamendu elektrikoa, eta baita arazoa non egon daitekeen ere.

## Zein da tratamendurik egokiena?

Arazoa detektatu ondoren, espezialistak tratamendurik egokiena ezarriko du, kasuan kasu dagokiona. Ikus ditza-gun kasurik ohikoena.

## Palpitazioak, arritmia edo takikardia?

Nahiko nahasian erabiltzen diren arren, ez dute arazo bera izendatzen. Zer esan nahi du zehazki horietako hitz bakoitzak?

### Palpitazioak

Sintoma bat dira, alegia, pazienteak sentitzen du bihotza ez doala erritmo normalean.

### Arritmia

Erritmoaren edozein asaldura.

### Takikardia

Bihotza azkarregi doanean.

Bradikardia. Justu kontrakoa, hau da, bihotza motelegi doanean.

### Antsietatea

Terapia eta botikak: palpitazioak antsietateak edo hersturak sortu baditu, emaitza ona lor daiteke tratamendu farmakologikoa laguntzako terapia psikologikoarekin konbinatuz gero. Garrantzi handikoa da, era berean, kafea, alkohola, tabakoa, kola-edariak, eta beste estimulatuzaileak saihestea.

### Takikardiak

Farmakoak: larritasunik gutxieneko kasuetan ematen dira, arazoa kontrolatu bai, baina ez baitute konpontzen.

Kauterizazioa: zangoko bena edo zainetan barrena sartutako kateter batzuen bidez arazoa zein lekutan dagoen identifikatzea da, eta kauterizazio bat egitea, bisturi elektriko bat balitz bezala.

Desfibrilagailua: aurreko bideak balio ez duenean, desfibrilagailua ezartzen da. Taupada-markagailu moduko bat da, bihotzera doan kable bati lotutako pila bat. Kableak detektatzen badu bihotzaren taupadak normalak baino bizkorrago edo motelago doazela, pulsu elektrikoak bidaltzen ditu.

### Bradikardiak

Taupada-markagailua: aparatu honek bihotzaren erritmoa markatzen du. Taupadak oso motelak direnean, taupada-markagailuak pulsu elektrikoak bidaltzen ditu, eta pulsu horiek bere onera ekartzen dituzte bihotzaren jarduera eta erritmoa. 