

Supporto dopo un arresto cardiaco

In collaborazione con



**ACHUB BYWYD CYMRU
SAVE A LIFE CYMRU**



Il cuore e dell'arresto cardiaco

Il Resuscitation Council UK è consapevole che il percorso di recupero dopo un arresto cardiaco è diverso per ogni persona. Abbiamo creato questa risorsa per fornirti ulteriori informazioni sull'arresto cardiaco e sull'assistenza disponibile per te, la tua famiglia e i tuoi amici.

Il cuore è una pompa che invia il sangue in tutto il corpo. Il sangue trasporta ossigeno e sostanze nutritive alle cellule e rimuove i prodotti di scarto, il che è fondamentale per il normale funzionamento dell'organismo. All'interno del cuore ci sono segnali elettrici che gli comunicano di pompare.

Un arresto cardiaco si verifica quando il cuore smette improvvisamente di pompare il sangue nel corpo. La persona perde immediatamente conoscenza e smette di respirare o non riesce a respirare normalmente. Nel Regno Unito colpisce ogni anno decine di migliaia di persone. Di solito si manifesta senza preavviso e può verificarsi a qualsiasi età, anche se le persone con patologie cardiache pregresse sono maggiormente a rischio.

Un infarto si verifica quando i vasi sanguigni che irrorano il cuore si restringono o si ostruiscono, compromettendo l'afflusso di sangue al muscolo cardiaco. Questa mancanza di flusso sanguigno può causare danni al cuore. Non si tratta dello stesso fenomeno dell'arresto cardiaco, tuttavia quest'ultimo può verificarsi come complicanza del danno al muscolo cardiaco.

La rianimazione cardiopolmonare (RCP) precoce e la defibrillazione aumentano le possibilità di sopravvivenza.

- ✓ La RCP consiste nell'eseguire compressioni toraciche per mantenere manualmente il battito cardiaco e la circolazione sanguigna nel corpo. Può anche includere la fornitura di ossigeno ai polmoni.
- ✓ La defibrillazione è una scossa elettrica erogata da un defibrillatore che aiuta a ripristinare il ritmo cardiaco.

Per imparare a eseguire la RCP o se sei interessato a saperne di più sulla rianimazione, visita il sito www.resus.org.uk/how-to-do-cpr

Oppure scansione il codice QR qui sotto



Cause dell'arresto cardiaco

Esistono diverse cause che possono provocare un arresto cardiaco, che non sono tutte direttamente correlate a una patologia cardiaca, anche se l'arresto cardiaco si verifica quando il cuore smette di battere.

Dopo un arresto cardiaco, i sopravvissuti saranno sottoposti a un periodo di cure ospedaliere, che potrà includere un ricovero in reparti specialistici quali terapia intensiva, terapia critica o terapia coronarica.

Durante la degenza in ospedale, il team sanitario discuterà con te delle possibili cause dell'arresto cardiaco. Potrebbero essere necessari degli esami per individuare la causa e ulteriori esami potrebbero essere necessari dopo la dimissione.

Il team sanitario discuterà con te tutti i trattamenti che ritiene possano favorire il tuo recupero e prevenire ulteriori arresti cardiaci.

Al momento della dimissione, il team sanitario potrebbe non essere stato in grado di identificare la causa dell'arresto cardiaco. Questa è nota come causa idiopatica.

Il supporto per te

Il recupero da un arresto cardiaco può richiedere tempo ed è molto importante non affrettare il processo di guarigione.

Durante questo periodo riceverai aiuto e sostegno da una serie di professionisti sanitari. A seconda della causa dell'arresto cardiaco e dei sintomi, ciò può includere:

- ✓ **medici (compreso il tuo medico di base)**
- ✓ **infermieri**
- ✓ **fisioterapisti**
- ✓ **farmacisti**
- ✓ **terapisti occupazionali**
- ✓ **consulenti**
- ✓ **psicologi clinici**
- ✓ **fisiologo clinico dell'esercizio fisico.**

Questi professionisti sanitari ti assisteranno nel tuo recupero fisico e psicologico per garantirti cure adeguate.

Il processo di recupero avviene solitamente in più fasi, a partire dall'ospedale, dove le tue condizioni possono essere monitorate attentamente e possono essere valutate le tue esigenze individuali per il futuro. Potrebbe esserti proposta una riabilitazione cardiaca.

Maggiori informazioni sulla riabilitazione cardiaca sono disponibili sul sito
www.bhf.org.uk/information-support/support/practical-support/cardiac-rehabilitation



Chiunque sopravviva a un arresto cardiaco dovrà affrontare sfide diverse, e qualsiasi indicazione o consiglio riceverà sarà personalizzato in base alle sue esigenze. I sopravvissuti ad un arresto cardiaco hanno riferito una serie di sintomi nelle settimane e nei mesi successivi all'evento, che possono avere un impatto sulla loro vita quotidiana.

In quanto sopravvissuto ad un arresto cardiaco potresti riscontrare problemi relativi a:

- **affaticamento o stanchezza grave e necessità di riposare di più**
- **la tua memoria, attenzione, capacità di ragionamento o di risoluzione**
- **dei problemi ansia, paura o depressione**
- **la tua salute fisica, compreso un calo dei livelli di energia.**

Non tutti i sopravvissuti ad un arresto cardiaco soffrono di questi problemi e la loro gravità varia da persona a persona. Potresti scoprire che alcuni problemi diventano più evidenti quando torni a casa o al lavoro.

È importante che il tuo team sanitario sia a conoscenza di eventuali cambiamenti nel tuo benessere fisico, mentale ed emotivo, in modo tale da poterti suggerire trattamenti di supporto che favoriscano il tuo recupero. Discuti con il tuo team sanitario (che include il tuo medico di base) di qualsiasi preoccupazione tu abbia.

Il Resuscitation Council UK ha una pagina web dedicata al **supporto dopo un arresto cardiaco** per chiunque sia stato colpito da arresto cardiaco. Qui troverai risorse utili per il tuo recupero, tra cui linee di assistenza telefonica dove potrai parlare con un operatore sanitario e gruppi di sostegno dove potrai incontrare persone che hanno vissuto esperienze simili alla tua.

La pagina web include anche informazioni utili e supporto per la tua famiglia, i tuoi amici e chiunque abbia eseguito o assistito a una rianimazione cardiopolmonare.

Visita www.resus.org.uk/support-after-ca

Oppure scansione il codice QR qui sotto



Guidare

Il tuo team sanitario ti informerà se ci sono delle restrizioni alla guida di cui devi essere a conoscenza dopo il tuo arresto cardiaco. Eventuali restrizioni dipenderanno dalla causa dell'arresto cardiaco, dal suo impatto sulla tua salute e dal trattamento che hai ricevuto.

Tornare al lavoro

Molte persone riescono a tornare al lavoro dopo aver subito un arresto cardiaco, ma la rapidità con cui ciò avviene dipende dallo stato di salute e dal tipo di lavoro svolto.

Il tuo team sanitario ti fornirà indicazioni più dettagliate sui tempi necessari prima di poter tornare al lavoro. Potrebbe essere utile discutere con il tuo datore di lavoro, che potrà aiutarti a tornare al lavoro in base alle tue esigenze individuali.

Contatti chiave del team sanitario

Spazio per le tue note e domande da porre al tuo team sanitario:

[illegible]

Pubblicato da Resuscitation Council UK

Ottobre, 2025, versione uno

resus.org.uk | enquiries@resus.org.uk | 020 7388 4678

Resuscitation Council UK, First Floor, 60-62 Margaret Street, London, W1W 8TF