



ΜΙΑ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ
ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑΣ ΕΚΠΑ
κ. Τούτουζα Κωνσταντίνο

“Αιφνίδιοι θάνατοι αθλητών και πρόληψη”

- ✓ κ. Τούτουζα πως σχολιάζετε τη δραματική αύξηση αιφνίδιων θανάτων νεαρών αθλητών στους αγωνιστικούς χώρους, όπως καταγράφονται τα τελευταία χρόνια στην χώρα μας ;

Απ: Σας ευχαριστώ πολύ για την ευγενική πρόσκληση να συμμετέχω σε αυτό το διάλογο σχετικά με αυτό το επίκαιρο θέμα αναφορικά με τους αιφνίδιους θανάτων νέων αθλητών. Πράγματι, διαβάζουμε πολύ συχνά για αιφνίδιο θάνατο νέων αθλητών στους αγωνιστικούς χώρους τον τελευταίο καιρό. Δεν μπορώ να σας πω με βεβαιότητα, όμως, ότι πρόκειται για πραγματική αύξηση της επίπτωσης ή απλά το προβάλλουν τα ΜΜΕ περισσότερο συγκριτικά με παλαιότερα έτη. Για να σας απαντήσω με βεβαιότητα σε κάτι τέτοιο, απαιτούνται επίσημα δεδομένα από τους αρμόδιους φορείς. Ανεξάρτητα από την πραγματική επίπτωση του προβλήματος, είναι αναγκαία η πρόληψη τέτοιων συμβάντων και πρέπει να κάνουμε ότι είναι ανθρωπίνως δυνατόν για να μην χάνεται καμία ανθρώπινη ζωή, ειδικά νέων ανθρώπων.

- ✓ Ποια τα αίτια που ευθύνονται για τον αιφνίδιο θάνατο νεαρών αθλητών;

Απ: Οι περισσότεροι αιφνίδιοι καρδιακοί θάνατοι οφείλονται σε αίτια, που μέχρι τότε οι θανόντες δεν γνώριζαν και δεν είχαν λάβει κάποιο μέτρο πρόληψης. Δεδομένα από νεκροτομικές μελέτες, δείχνουν ότι η πλειοψηφία των αιφνίδιων καρδιακών

θανάτων οφείλεται σε υπερτροφική μυοκαρδιοπάθεια, μια πάθηση κατά την οποία παρατηρείται σημαντική πάχυνση των τοιχωμάτων, γεγονός που οδηγεί σε διαταραχές της ηλεκτρικής λειτουργίας της καρδιάς και ως εκ τούτου σε εμφάνιση κάποιας κακοήθους και θανατηφόρας αρρυθμίας. Ένα άλλο αίτιο είναι η ανώμαλη έκφυση των στεφανιαίων αρτηριών, των αγγείων που αιματώνουν την καρδιά. Όταν η ανατομία αυτών δεν είναι η φυσιολογική, υπάρχει η πιθανότητα – σε κάποιες παραλλαγές – να προκληθεί κατά την άσκηση συμπίεση των στεφανιαίων αρτηριών, διακοπή της αιμάτωσης του μυοκαρδίου, ισχαιμία και καρδιακή ανακοπή. Το τρίτο πιο συχνό αίτιο είναι η μυοκαρδίτιδα, μια λοίμωξη του ιστού της καρδιάς, που οφείλεται κατά βάση σε ιογενή αίτια. Η μυοκαρδίτιδα μπορεί να αφήσει ως κατάλοιπο κάποια ουλή ή ίνωση, που αποτελεί το έδαφος για την ανάπτυξη αρρυθμιών. Μυοκαρδίτιδα συχνά προκαλεί και η λοίμωξη από Sars – Cov – 2. Άλλα αίτια μπορεί να είναι η πρόπτωση μιτροειδούς, η διατακτική μυοκαρδιοπάθεια, η ύπαρξη συγγενών καρδιοπαθειών και οι καναλοπάθειες.

- ✓ Ποια τα συμπτώματα εκείνα που όταν παρουσιαστούν στα παιδιά κατά την άσκηση επιβάλλουν στους γονείς να απευθύνονται αμέσως στο γιατρό;

Απ: Ο προαθλητικός καρδιολογικός έλεγχος πριν την συστηματική άσκηση, είτε σε επαγγελματικό είτε σε ερασιτεχνικό αθλητισμό, πρέπει να γίνεται ανεξαρτήτως συμπτωμάτων, διότι ένα σημαντικό ποσοστό των αιφνίδιων καρδιακών θανάτων δεν σχετίζεται με πρόδρομα συμπτώματα. Παρόλο αυτά, συμπτώματα και σημεία, όπως η ζάλη κατά την άσκηση, τα συγκοπτικά επεισόδια, η εύκολη κόπωση, το αίσθημα παλμών και το θωρακικό άλγος πρέπει να προβληματίζουν τους γονείς και να διερευνώνται διεξοδικά.

- ✓ Τι περιλαμβάνει ο προαθλητικός ιατρικός έλεγχος και πόσο σημαντικός είναι για τους νεαρούς αθλητές ;

Απ: Ο προαθλητικός έλεγχος περιλαμβάνει τη λήψη αναλυτικού ιστορικού, τη

διενέργεια εξονυχιστικής φυσικής εξέτασης καθώς και την πραγματοποίηση ηλεκτροκαρδιογραφήματος. Σε κάποιες περιπτώσεις, κατά την κρίση του καρδιολόγου, πραγματοποιείται και υπερηχογραφικός έλεγχος.

- ✓ Ποιος ο ρόλος της ενημέρωσης και της αυξημένης προσοχής, πρωτίστως από τους γονείς, σχετικά με τον οργανωμένο έλεγχο ιατρικής πρόληψης, πριν από την εγγραφή σε μία αθλητική ομάδα ή ακόμη και στο γυμναστήριο της γειτονίας;

Απ: Πράγματι, είναι καθοριστικής σημασίας η στοχευμένη ενημέρωση και πληροφόρηση των γονέων και των νέων αθλητών σχετικά με την πρωτογενή πρόληψη αναφορικά με τον αιφνίδιο καρδιακό θάνατο. Μόνο με την εφαρμογή τέτοιων μεθόδων είναι εφικτός ο περιορισμός των αιφνίδιων καρδιακών θανάτων.

- ✓ Τι θα μπορούσε να κάνει η πολιτεία στον τομέα της πρόληψης;

Απ: Η Πολιτεία μπορεί να διαδραματίσει σπουδαίο ρόλο στο τομέα της πρόληψης, μέσω ενημερωτικών εκστρατειών και καλύτερης επικοινωνίας του ζητήματος της πρόληψης. Επίσης, πρέπει να αυστηροποιηθεί το πλαίσιο αναφορικά με την κάρτα αθλητή. Κανένας δεν θα πρέπει να αθλείται, είτε ατομικά σε γυμναστήριο είτε συλλογικά σε ερασιτεχνικό και επαγγελματικό επίπεδο, αν δεν έχει προηγηθεί καρδιολογικός έλεγχος και χωρίς τη σύμφωνη γνώμη του καρδιολόγου. Παράλληλα, η τοποθέτηση αυτόματων απινιδωτών σε δημόσιους χώρους και σε κάθε αθλητικό χώρο κρίνεται απαραίτητο, για την πρόληψη των αιφνίδιων καρδιακών θανάτων. Δεν αρκούν βέβαια μόνο οι συσκευές αλλά και η κατάλληλη εκπαίδευση του κοινού, μέσω διενέργειας εκπαιδευτικών δράσεων Basic Life Support (BLS)

✓ Τελειώνοντας, παρακαλώ να στείλετε το δικό σας μήνυμα.

Απ: Θα ήθελα να επιστήσω την προσοχή σε κάθε νεαρό και νεαρή αθλήτρια σχετικά με το θέμα του αιφνίδιου καρδιακού θανάτου. Ο προαθλητικός έλεγχος μπορεί να προλάβει σημαντικά τέτοια συμβάντα. Παράλληλα, παροτρύνω όλους να συμμετέχουν σε κάποιο σεμινάριο BLS, ώστε να μπορούν να δώσουν τις πρώτες βοήθειες αν χρειαστεί και να σώσουν τον συνάνθρωπο τους.

Σας ευχαριστώ !

Υ.Γ : Δύο λόγια για τον καθηγητή Καρδιολογίας ΕΚΠΑ κ, **Τούτουζα Κων/νο:**

Ο Κωνσταντίνος Τούτουζας είναι Καθηγητής Καρδιολογίας στην Α' Καρδιολογική Κλινική της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου Αθηνών στο ΓΝΑ «Ιπποκράτειο».

Είναι διευθυντής του Προγράμματος Μεταπτυχιακών Σπουδών «Επεμβατική

Καρδιολογία» και υπεύθυνος των ιατρικών Δομικών Καρδιοπαθειών και

Καρδιοογκολογίας. Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Καρδιολογικής Εταιρείας (2023 – 2025).