

salute | *il sintomo*

un forte batticuore

Il battito cardiaco accelerato mette sempre in allarme. Meglio **essere informati...**



LA MISURAZIONE FAI DA TE

Anche a casa, da soli, si possono contare i propri battiti cardiaci. L'importante è farlo stando seduti e in un momento di relax, quindi non subito dopo avere fatto uno sforzo, avere avuto una forte emozione o aver camminato. Ci sono due modi per rilevarli: il primo è quello di utilizzare il cardiofrequenzimetro elettrico, il secondo è farlo manualmente. Basta, infatti, appoggiare il dito medio e l'anulare sul polso in concomitanza dell'arteria e contare i battiti che si sentono nell'arco di un minuto. In alternativa, si può appoggiare una mano sul cuore.



Attenzione che non siano aritmie parossistiche

Se si sente una repentina e forte accelerazione dei battiti cardiaci, che arrivano anche a 160-180 al minuto, e altrettanto improvvisamente tornano normali dopo circa 10-30 minuti, potrebbe trattarsi di *aritmie parossistiche*, un problema che deriva dagli impulsi del cuore sopra-ventricolari e ventricolari. In questi casi, la prima cosa da fare è sdraiarsi, fare respiri lenti e profondi e slacciarsi gli indumenti che possono comprimere il busto. Se, però, dopo un'ora la situazione non è migliorata, è necessario recarsi al Pronto soccorso per fare un elettrocardiogramma.

Se non passa o è molto intenso vai dal medico

Un episodio isolato di tachicardia, che passa da sola, non deve preoccupare, perché può essere legato a uno sforzo fisico, a uno stato emotivo, alla febbre o all'assunzione di una dose eccessiva di caffeina o di alcolici. Se, però, non passa in un'ora o si ripresenta spesso senza cause apparenti, occorre farsi visitare. Se i battiti superano i 150 al minuto e si accompagnano ad altri sintomi, come mancanza di respiro o dolore al torace, bisogna andare subito al Pronto soccorso.

SÌ

Senti il cuore "impazzito" improvvisamente?

NO

Stai prendendo antistaminici?

NO

SÌ

Può essere un effetto collaterale

Uno degli effetti collaterali dei farmaci antistaminici, che si prendono in caso di allergie, o dei broncodilatatori, per chi soffre di asma, è aumentare il battito cardiaco. Una tachicardia transitoria che si avverte durante le 2-3 ore successive all'assunzione del medicinale, ma che poi passa da sola. Normalmente, quindi, in questi casi non ci si deve preoccupare.

*Servizio di Elena Cassin.
 Con la consulenza del dottor Angelo Mezza, specialista in Cardiologia al Synlab Cam Monza.*

viversaniebelli 53