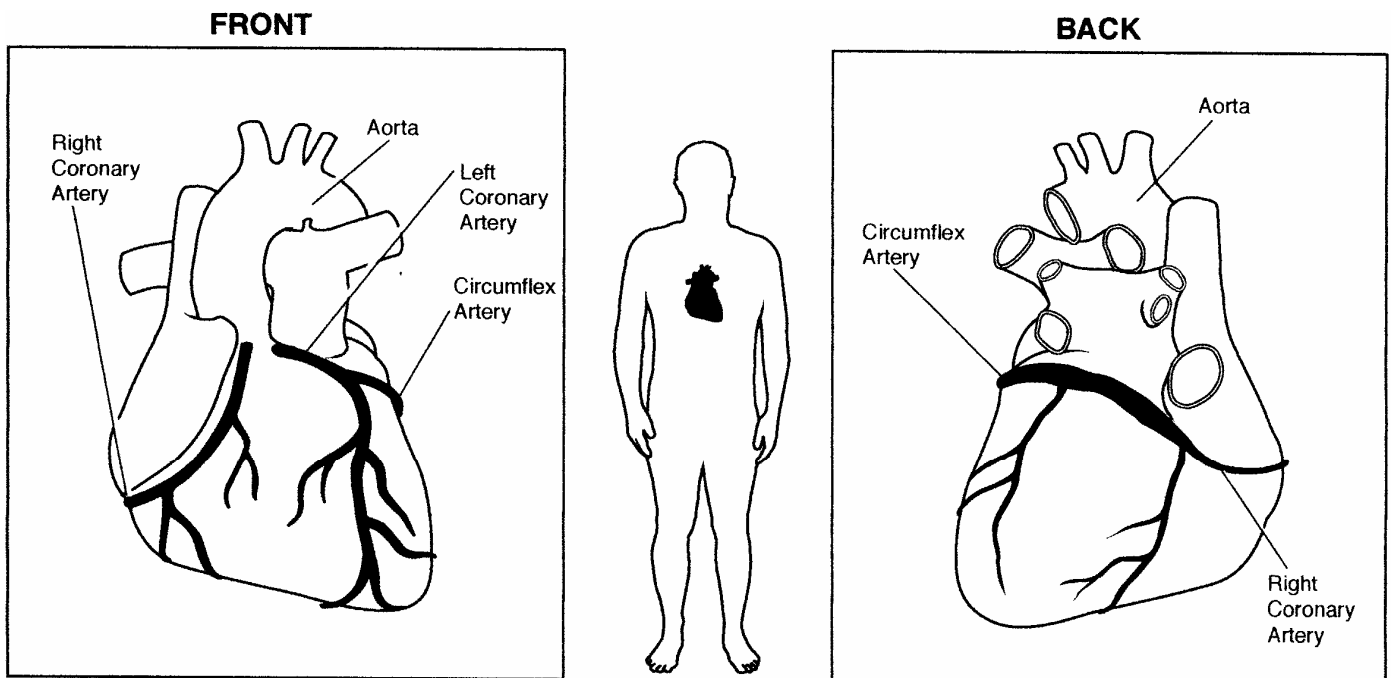


Coronary Artery Disease (CAD)

Coronary artery disease is also called heart disease or atherosclerosis. It is the hardening of the blood vessels by fatty deposits called plaque.

The heart must get oxygen and nutrients to work well. Blood carries the oxygen and nutrients to the heart through the blood vessels called arteries. As the plaque builds up, blood flow to the heart muscle is decreased. When blood flow is decreased, it can cause chest pain, shortness of breath, or a heart attack to occur.



Signs

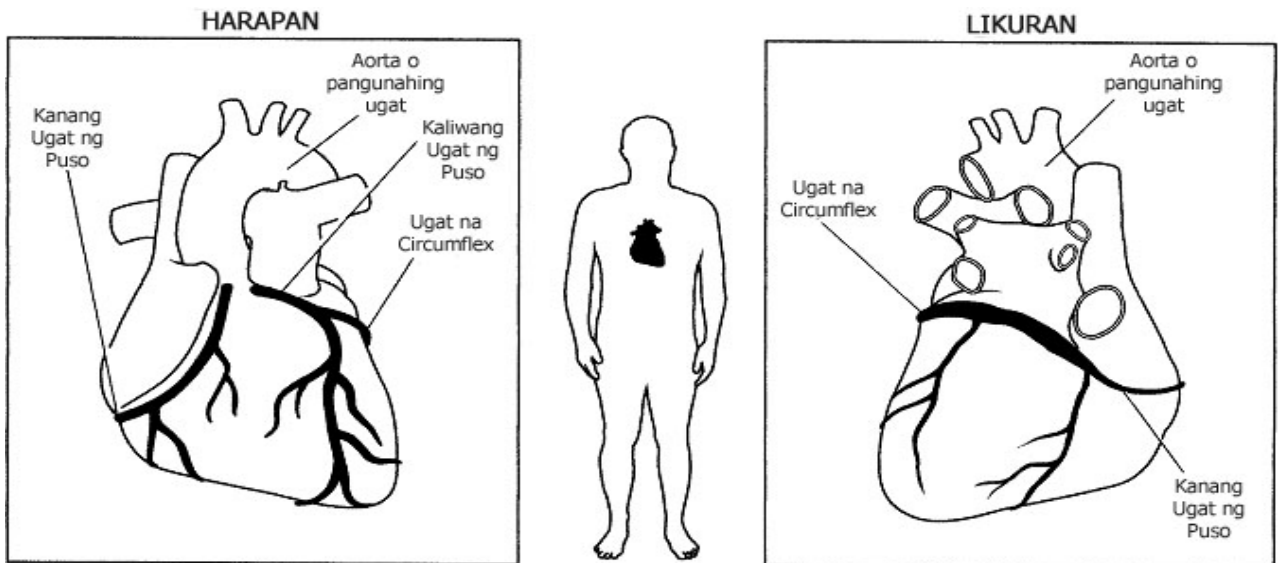
You may not have any signs or you may have:

- Pain or pressure in your chest, arm, jaw, shoulders or neck. It may spread from one place to another.
- Feeling of tightness, heaviness, squeezing or burning
- Sweating

Sakit sa Ugat sa Puso (CAD)

Ang coronary artery disease (o sakit sa ugat sa puso) ay tinatawag ring sakit sa puso o atherosclerosis. Ito ay ang paninigas ng mga daluyan ng dugo dahil sa mga deposito ng taba na tinatawag na plak (plaque).

Kailangang makakuha ang puso ng hangin at nutrina upang gumana ng maayos. Dinadala ng dugo ang hangin at mga nutrina sa puso sa pamamagitan ng mga daluyan ng dugo na tinatawag na ugat (artery). Habang dumarami ang plak, nababawasan ang daloy ng dugo papunta sa mga kalamnan ng puso. Kapag nabawasan ang daloy ng dugo, maaari itong maging sanhi ng pananakit ng dibdib, paghabol sa hininga, o atake sa puso.



Mga Palatandaan

Maaaring wala kayong anumang palatandaan o maaaring magkaroon kayo ng:

- Sakit o bigat ng dibdib, braso, panga, mga balikat o leeg. Maaaring kumalat ito mula sa isang bahagi papunta sa iba pang bahagi.
- Pakiramdam ng paninikip, pamimigat, pag-ipit, o pag-aapoy
- Pagpapawis

- Shortness of breath
- Nausea
- Feeling very tired, dizzy or faint

Risk Factors

You are at higher risk for getting coronary artery disease if you:

- Have a family history of the disease
- Have high cholesterol, diabetes, or high blood pressure
- Smoke or use tobacco
- Are inactive
- Have stress
- Are overweight

Changing even one risk factor can improve your heart health. You can prevent the disease from getting worse and may even help to improve it.

Your Care

The goal is to improve blood flow to your heart muscle and decrease your risk of heart attack. Your care may include:

- Medicines
- Exercise
- A low fat diet
- Treatment or Surgery
- A cardiac rehab program

No matter what type of care is done, it does not “cure” the disease. You need to change your risk factors and follow your care plan.

Talk to your doctor about your care or any questions you may have.

- Paghabol sa hininga
- Pagkaduwal
- Pakiramdam na pagod na pagod, pagkahilo o pagkahimatay

Mga Sanhi ng Panganib

Mas nanganganib kayong magkaroon ng sakit sa ugat sa puso kung kayo:

- Ay may kasaysayan ng ganitong karamdaman sa pamilya
- Ay may mataas na kolesterol, diyabetis, o mataas na presyon ng dugo
- Ay naninigarilyo o gumagamit ng tabako
- Ay hindi aktibo
- Ay may matinding pagod
- Ay sobra ang timbang

Ang pagbabago sa kahit isa lamang sa mga sanhi ng panganib ay maaaring magpabuti sa kalusugan ng inyong puso. Maaari ninyong pigilan ang paglala ng karamdaman at maaari pang tumulong upang mapabuti ito.

Ang Inyong Pangangalaga

Ang layunin ay mapabuti ang daloy ng dugo papunta sa kalamnan ng inyong puso at mabawasan ang panganib ninyo sa atake sa puso. Maaaring kabilang sa inyong pangangalaga ang:

- Mga gamot
- Ehersisyo
- Diyetang mababa sa taba
- Paggagamot o pag-opera
- Programang rehabilitasyong pang-cardiac

Anupamang klaseng pangangalaga ang isinasagawa, hindi nito “malulunasan” ang karamdaman. Kailangang baguhin ninyo ang mga sanhi ng panganib at sundin ang plano para sa inyong pangangalaga.

Kausapin ang inyong doktor tungkol sa pangangalaga sa inyo o anumang katanungang mayroon kayo.

7/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.org.