

Referat från onsdagsträff 19/11 2025



En till bristningsgränsen fylld Senioren såg fram emot att för fjärde gången få lyssna på Thomas Pettersson, pensionerad kardiolog, och Ingemar Nilsson, pensionerad lärare - mest känd från bandet Dönaberga. Temat för dagen var "Hjärta & Smärta, kvinna"! Nämnas bör att Thomas dessutom är en begåvad pianist! Vi fick en faktafylld eftermiddag varvad med blues & country. De inledde med en passade visa, "Låt hjärtat va me..."

Thomas berättade på ett mycket intressant och kunnigt sätt om symtom och behandlingsalternativ, som skiljer sig åt för kvinnor och män med hjärtbesvär. Men vi fick också veta att vi regelbundet ska testa blodtrycket och **alltid** uppsöka läkare vid tryck över bröstet. **Ring 112!**

Ett axplock ur föreläsningen, som den här gången var fokuserad på kvinnohjärtat. Allt grundar sig på sexualitet och att föra gener vidare till varje pris.

Genernas uppgift är att skapa äggviteämnen och hormoner. Det är ett känt faktum att män har större muskelmassa än fettmassa, något som också styrs av gener.

Kvinnors livslängd är ca 10 år längre än mäns

- Testosteron
- Östrogen, skyddande faktor
- Starkare immunförsvar
- Evolution
- Livsstil
- Kosthållning
- Minskat barnafödande

Kranskärslsjuka – vi har två kranskärl, ett höger och ett vänster, som i friskt tillstånd vidgas vid behov, t ex om man springer eller står still. Det är samma princip hos alla däggdjur! Åderförkalkning i kranskärlen är största dödsorsaken. Plack sätter sig fast i kärlen och blodet räcker därmed inte till.

10-årsrisk

- | | |
|-----------------------------|------|
| • Kvinna 50 år, icke rökare | 1 % |
| • Man 50, icke rökare | 5 % |
| • Kvinna 50 år, rökare | 3 % |
| • Man 50 år, rökare | 9 % |
| • Kvinna 55 år, rökare | 5 % |
| • Man 55 år, rökare | 16 % |

Om man, som kvinna, känner oro, tryck (även lätt) över bröstkorgen, ångest i 15 minuter, ev besvär med mage och tarm...

ring 112!

Varje år ...

- Dör 30 000 i kranskärslsjuka
- Insjuknar 22 000 i hjärtinfarkt
- 2/3 utanför sjukhus
- 1/3 är kvinnor
- Totalt 70 % minskning av död sedan 1987

Lite fakta om kvinnor

- Annorlunda smärtupplevelse
- Mindre hjärta, mindre kranskärl
- Annan typ av propp?
- Icke-typiska symptom
- Mindre studier
- Svårare diagnostik
- Söker senare

Den första by-passoperationen genomfördes 1970! Avancerat rörmokeri (enligt Thomas)! Lika bra resultat mellan könen.

Hjärtsvikt ökar hos båda könen, är "snällare" hos kvinnor, som har bättre överlevnad. Det största hotet är högt blodtryck

Sammanfattning

- Vissa anatomiska skillnader
- Psykosocial stress försämrar – depression, ångest
- Utbrändhet
- För lite forskning på kvinnor
- "Allt hos kvinnan är en gåta"
- **Bäst att vara kvinna, för det mesta**

Speleman Ingemar valde att avsluta med en historia i stället för en sång...
"En kvinna är ute och går i öknen och hittar en flaska i sanden. Den visade sig innehålla en ande som kvinnan befriade och som tack fick kvinnan tre önskningar, och hennes man skulle få dubbelt upp!

1. Jag önskar ett hus i Hässleholm, två på Mallorca och tre på Maldiverna.
2. Jag önskar 10 milj svenska kronor, 20 milj engelska pund, 30 milj dollar
3. Jag önskar en liten hjärtinfarkt!"



Thomas avslutade med Hippokrates teser

- Bota
- Lindra
- Trösta
- Inte skada
- Utveckla, innovera

Sång... jag hade en gång en båt, en hommage till Ukraina

Sång... your cheating heart

Sång... små moln

Sång... blå timma...

Sång... hur får ett hjärta liv igen..

Sång ...stress...

Sång... storms never last...

