

O seu resultado revelou um pequeno aneurisma da aorta abdominal (AAA)



O que acontece agora?

O resultado do seu exame de rastreio

Descobrimos que uma secção da sua aorta é um pouco mais larga do que o normal. Isto significa que tem um pequeno aneurisma da aorta abdominal (AAA).

Cerca de 1 em cada 80 homens rastreados tem um pequeno AAA. Vamos convidá-lo a fazer uma ecografia **todos os anos** para verificar se o seu AAA está a crescer.

Sobre o que é este folheto?

Este folheto explica:

- o que é um AAA
- o que significa o resultado do seu exame de rastreio do AAA
- o que acontece a seguir.

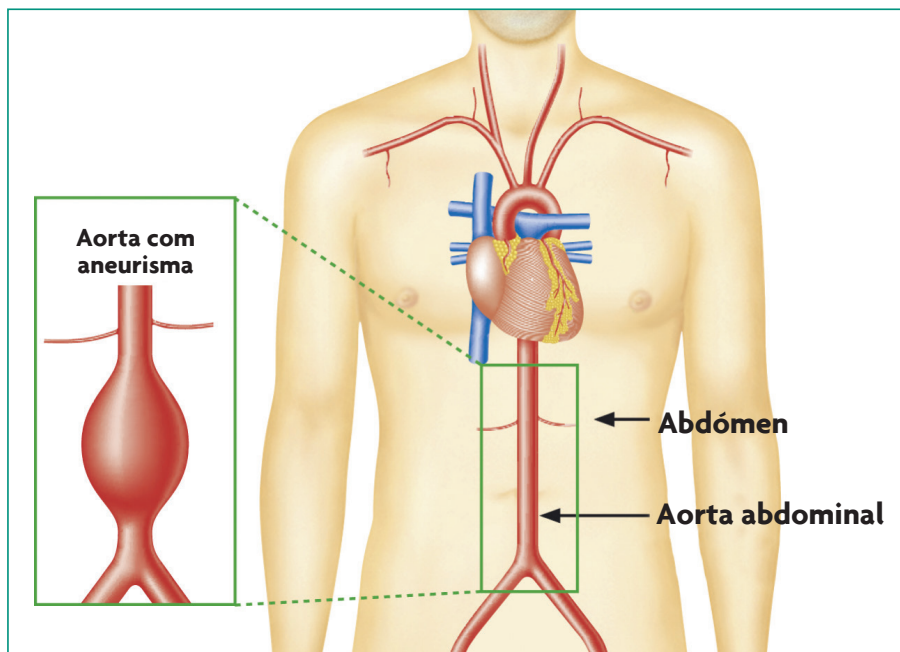


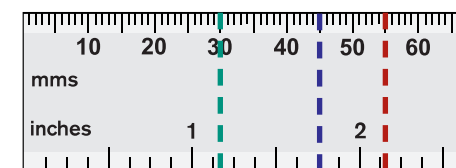
Diagrama amavelmente cedido pelo programa de rastreio "English NHS AAA Screening Programme"

O que é um AAA?

A aorta é a artéria principal que transporta o sangue pelo corpo. Parte do coração e desce através do peito e do abdómen (estômago). Por vezes, à medida que se envelhece a parede da aorta no abdómen pode ficar fraca e dilatar, formando um aneurisma - algo semelhante a uma protuberância num pneu de carro gasto. Isto tem o nome de aneurisma da aorta abdominal.

Existe um aneurisma se uma secção da aorta no abdómen tiver 30 mm ou mais de largura. Ocasionalmente, um AAA pode aumentar para mais de 55 mm de largura. Isto considera-se um AAA grande. Nessa altura, existe um grave risco de que a parede da artéria rompa e sangue para o abdómen. Trata-se de uma emergência grave.

AAA pequeno	30 mm – 44 mm
AAA médio	45 mm – 54 mm
AAA grande	55 mm ou mais



Porque acontecem os AAA?

O risco de desenvolver um AAA depende da idade e dos genes. Cerca de 1 em cada 80 homens com 65 anos na Irlanda do Norte tem um AAA. O risco de ter um AAA aumenta se um irmão, uma irmã ou um dos pais tem ou teve um aneurisma da aorta abdominal.

Sabe-se que fumar, ter colesterol elevado e ter pressão arterial elevada aumentam o tamanho dos AAA e o risco associado a estes.

Um AAA pequeno é grave?

Um AAA pequeno raramente é grave. A maioria dos aneurismas cresce muito lentamente, pelo que muitos homens com um AAA pequeno poderão nunca vir a ter um AAA médio ou grande.

No entanto, é importante vigiar regularmente o tamanho do seu aneurisma, para o caso de este crescer.

O que acontece a seguir?

Será contactado por um enfermeiro especializado em enfermagem vascular no prazo de dois dias úteis após o diagnóstico. Este irá aconselhá-lo sobre o seu estado geral de saúde e sobre a forma como outros problemas de saúde poderão afetar o seu aneurisma.

De momento, não necessita de fazer qualquer tratamento. No entanto, o seu aneurisma deve ser vigiado **uma vez por ano** por meio de ecografia.

É importante vigiar o seu aneurisma, para o caso de este crescer. Enviar-lhe-emos uma carta com a data da sua próxima consulta. Se, entretanto, mudar de endereço, informe o gabinete do programa de rastreio ligando para o 028 9615 1212.

Famíliares próximos

Deve informar os seus irmãos, as suas irmãs e os seus filhos de que o seu AAA significa que também eles estão em risco. Estes podem perguntar ao médico de família se é possível fazerem uma ecografia 5 anos antes da idade a que o seu AAA foi detetado.

Condução

Condutores de automóveis e motocicletas:

- Deve informar o DVLA se o seu AAA aumentar para 60 mm ou mais de largura.
- Ficará interdito de conduzir se o seu AAA atingir 65 mm ou mais de largura.

Motoristas de táxis, miniautocarros, autocarros, camionetas, camiões e veículos pesados de mercadorias:

- **Se tiver um AAA, seja de que tamanho for, deve informar o DVLA.**
- Ficará interdito de conduzir se o AAA atingir 55 mm ou mais de largura.

Se tiver dúvidas, esclareça-as com o seu médico de família ou com o seu médico especialista.

Todas as licenças de condução podem ser restituídas após o aneurisma ter sido tratado com sucesso.

O que acontece numa ecografia de controlo?

A ecografia de controlo demora cerca de 10 minutos. O resultado é-lhe comunicado na altura do exame. Também informaremos o seu médico de família do resultado.



O que acontece se o meu AAA crescer?

Se o seu AAA crescer de pequeno para médio, a frequência das ecografias aumentará, passando a fazer-se de três em três meses.

Posso fazer alguma coisa para impedir que o AAA cresça?

Fazer um estilo de vida mais saudável pode retardar o crescimento do seu aneurisma:

- Se é fumador, deixe de fumar. Consulte: www.stopsmokingni.info para obter informações e conselhos sobre como deixar de fumar e informações sobre o serviço gratuito mais próximo da sua área que oferece ajuda para deixar de fumar.
- Após um resultado de AAA, agende uma consulta no seu médico de família para a sua altura, o seu peso e a sua tensão arterial serem verificados.
- Faça uma dieta saudável e equilibrada e reduza a quantidade de alimentos ricos em gorduras que come. Consulte: www.choosetolivebetter.com para mais informações e aconselhamento.
- Se tem excesso de peso, tente emagrecer.
- Faça exercício regularmente.
- Se bebe álcool, reduza a quantidade que consome.

O seu médico de família poderá aconselhá-lo sobre todas estas questões. Também poderá querer receitar-lhe comprimidos e monitorizar a sua tensão arterial.

Não precisa de fazer mais nenhuma mudança de estilo de vida. Deve continuar fisicamente ativo e a desfrutar dos seus passatempos. Se tiver alguma preocupação, contacte o seu médico de família. Tal como acontece com qualquer problema de saúde, deve **informar as suas seguradoras o mais rapidamente possível**, incluindo o fornecedor dos seus seguros de viagem.

Quantas vezes vou precisar de voltar?

Todas as pessoas são diferentes. Não é possível dizer com precisão quantas vezes terá de voltar para fazer uma ecografia.

Se mudar de endereço, deve informar o gabinete do programa de rastreio o mais rapidamente possível.

Por que não devo ser operado agora?

Todas as operações comportam alguns riscos e a operação a um AAA não é diferente. Uma operação a um pequeno AAA comporta muito mais riscos do que o próprio aneurisma; por isso, a melhor maneira de controlar o seu pequeno AAA é fazer um estilo de vida mais saudável e seguir os conselhos do seu médico de família.

Se o seu pequeno AAA crescer e se tornar um AAA grande, o risco de romper pode tornar-se maior do que o risco da operação, pelo que nessa altura a sua adequação para a cirurgia de reparação poderá ser ponderada.

Quais são os sintomas de que um AAA poderá ter sofrido uma rutura?

A rutura de um pequeno AAA é extremamente improvável, mas é importante que esteja ciente dos sintomas. Se lhe diagnosticaram um AAA e tem **novos sintomas de dor abdominal e / ou lombar grave e persistente**, deve procurar imediatamente assistência médica num serviço de urgência. Certifique-se de que informa a equipa médica de que lhe foi detetado um AAA em exame de rastreio.

Como serão usadas as informações sobre o meu exame de rastreio do AAA?

O programa de rastreio do AAA na Irlanda do Norte conservará as suas informações pessoais de rastreio, incluindo os resultados dos exames e as imagens das ecografias. O pessoal que trabalha para o programa pode consultar e rever os seus registos. Qualquer informação relativa a si permanecerá estritamente confidencial.

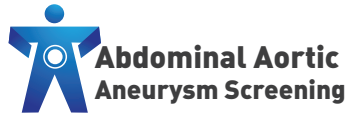
A informação será utilizada para monitorizar e melhorar a qualidade do programa e os conhecimentos especializados do pessoal responsável pelo rastreio. Trata-se de uma parte importante de qualquer programa de rastreio. Também pode ser utilizada para fins de auditoria, investigação, educação e ainda de formação no âmbito dos cuidados de saúde e da assistência social. Se tal suceder, os seus dados de identificação pessoal serão removidos.

Como posso obter mais informações?

Para obter mais informações ou este folheto noutra língua ou noutro formato:

- ligue para o gabinete do programa de rastreio do AAA: **028 9615 1212**
- consulte os sites: www.nidirect.gov.uk/aaa e www.publichealth.hscni.net
- contacte o seu médico de família.

Também pode obter informações e apoio na Circulation Foundation, uma instituição de caridade do Reino Unido para pessoas que têm doenças vasculares. Consulte o site em: www.circulationfoundation.org.uk



Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Telephone: 0300 555 0114 (tarifa local).
www.publichealth.hscni.net

Encontrar-nos no:

