

Sporda Ani Ölüm Sendromu

Dr. Deniz AYTEKİN

Dr. Deniz AYTEKİN

Medikal Kalp Hastalıkları Merkezi

Düzenli yapılan egzersiz ile hipertansiyon, hiperlipidemi, diyabetes mellitus, depresyon, inme, osteoporoz, malignite vb. birçok hastalık riski azalmaktadır. Ayrıca kardiyovasküler ve tüm nedenlere bağlı mortalite riski düzenli egzersiz ile azalmaktadır.

Ancak spor bazı bireylerde ani kalp durması ve ani kardiyak ölümü tetikleyebilir. Ani kardiyak ölüm (AKÖ), egzersize bağlı en sık ölüm nedenidir.

Spora bağlı ani ölümün yıllık insidansı, 1/1.000.000 ile 1/50.000 arasında değişmektedir (1). Bireysel farklılıklar, yapılan sporun doğası gibi faktörler ölüm hızlarının farklı olmasını açıklayabilir.

Spora bağlı AKÖ artıran durumlar:

1. Erkek,
2. Siyah,
3. Spora yeni başlayan veya düzensiz spor yapan bireyler,
4. Yaş,
5. Futbol, basketbol vb. sporlar.

Sporcularda ani ölüm nedenlerine bakacak olursak;

35 yaş altı gençlerde, hipertrofik kardiyomyopati, koroner anomaliler, aritmojenik kardiyomyopatiler vb. yapısal hastalıklar en sık nedendir. İlerleyen yaşla beraber (>35 yaş) ise aterosklerotik koroner arter hastalığı ilk sırayı almaktadır (1).

Spora bağlı AKÖ karşısında, elimizde önemli yardımcıları mevcut. Spora katılım öncesi yapılan tarama programları bunlardan biridir. İtalya 'da taramalar ile 25 yıl içerisinde spora bağlı ani ölümden %89 azalma sağlanmıştır (2).

Düzenli egzersizin özendirilmesi, sağlığa ilişkin faydalarının kazanılması için çok önemlidir. Kardiyoloji alanında çalışan bizlerin bir diğer sorumluluğu da AKÖ riskinin spora katılım öncesi araştırılması ve riskli bireylerin belirlenmesidir.

Referanslar:

1. The ESC Textbook of Sports Cardiology Edited by Antonio Pelliccia, Hein Heidbuchel, Domenico Corrado, Mats Borjesson, and Sanjay Sharma
2. Corrado, D., et al. (2006). Trends in sudden cardiovascular death in young competitive athletes after implementation of a preparticipation screening program. *JAMA*, 296(13), 1593–1601. <https://doi.org/10.1001/jama.296.13.1593>