

Logga
inHitta
vård

Meny

[Hjärtrytm](#)

Plötsligt hjärtstopp hos idrottande barn och ungdomar

Det är mycket ovanligt, men det händer att idrottande barn och ungdomar plötsligt får hjärtstopp. Det beror oftast på någon allvarlig ärftlig sjukdom i hjärtat som inte har upptäckts tidigare.

En liten del av dessa plötsliga hjärtstopp orsakas av akut [hjärtmuskelinflammation](#). Barnet eller tonåringen kan få inflammationen om hen har en virusinfektion. Det är därför viktigt att undvika fysisk aktivitet vid en infektion i kroppen.

Symtom

Det här är symtom som kan tyda på [allvarliga ärftliga hjärtsjukdomar](#) som inte har upptäckts tidigare:

- Barnet eller tonåringen svimmar utan förvarning, särskilt om det händer under pågående fysisk aktivitet.
- Barnet eller tonåringens fysiska prestationsförmåga försämras plötsligt utan tydlig förklaring.
- Barnet eller tonåringen får ont i bröstet vid ansträngning, men det går över när hen vilar.

När och var ska jag söka vård?

Kontakta en [vårdcentral](#) för utredning i följande situationer:

- Barnet eller tonåringen har svimmat, fått yrsel eller ont i bröstet vid ansträngning.
- Barnet eller tonåringen har genetiska släktingar som har haft hjärtmuskelsjukdom eller allvarlig hjärtrytmrubbning.
- Barnet eller tonåringen har någon genetisk släkting som varit yngre än 40 år och avlidit plötsligt.

Om det är bråttom

Ring genast 112 om barnet eller tonåringen svimmar och inte återfår medvetandet och inte andas. Påbörja därefter [hjärt-lungräddning](#). Ring även genast 112 om hen har andningssvårigheter efter att ha svimmat.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#) och hjälp med var du kan söka vård.

Går det att förebygga att idrottande barn och ungdomar får plötsligt hjärtstopp?

Barn och tonåringar med vissa medfödda hjärtsjukdomar kommer förr eller senare att få hjärtstopp. Det här påverkas inte av vilka aktiviteter barnet eller tonåringen ägnar sig åt. Men om hen har en allvarlig hjärtsjukdom och idrottar finns det risk att hjärtstoppet inträffar då. Hos en annan ung person som inte idrottar men har samma hjärtsjukdom kanske hjärtstoppet i stället hade kommit hemma när hen sov.

Undersökningar och utredningar

När det finns misstanke om att en ung person kan ha en medfödd hjärtsjukdom görs en utredning med [EKG](#), [ultraljud av hjärtat](#), [arbetsprov](#) och långtidsregistrering av hjärtrytmen. Många medfödda sjukdomar med risk för plötsligt hjärtstopp kan upptäckas med hjälp av ett [blodprov](#), så kallad DNA-analys.

Behandling

Det som avgör om barnet eller tonåringen behöver rehabilitering efter ett hjärtstopp är om hen har fått skador på nervsystemet. Dessa skador kan variera från inga alls till svåra.

Vanligtvis är det både möjligt och önskvärt att en ung person som fått hjärtstopp håller på med motionsidrott. Men elitidrott som medför kraftiga påfrestningar på hjärt-kärlsystemet bör den unga personen däremot inte hålla på med.

Risken för nya hjärtstopp kan oftast minskas med hjälp av läkemedel. Ibland krävs även att barnet eller tonåringen får en så kallad ICD inopererad. Det är en maskin som övervakar hjärtrytmen och som kan rätta till rytmen med en elchock. En ICD kan även fungera som [pacemaker](#) om barnet eller tonåringen skulle få ett nytt hjärtstopp.

Påverka och delta i ditt barns vård

Du kan [söka vård](#) för ditt barn på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska förstå informationen

Du ska vara vara delaktig i ditt barns vård. Därför är det viktigt att du [förstår informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge barnet kan behöva vänta på vård och behandling](#).

Ju äldre barnet är desto viktigare är det att hen får vara delaktig i sin vård.

Du har möjlighet att få hjälp av en tolk [om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att få hjälp av en tolk [om du har en hörselnedsättning](#).

LÄS MER PÅ 1177.SE

- [Hjärt-lungräddning \(HLR\) på barn](#)
- [Hjärta och blodomlopp](#)
- [Infektioner i hjärtat hos barn](#)

Senast uppdaterad:

2020-08-26

Redaktör:

Peter Tuominen, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Ulf Ergander, barnläkare, specialist på hjärtsjukdomar, Karolinska universitetssjukhuset, Stockholm

1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 ger dig råd när du vill må bättre.

Om 1177

I

Kontakt

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).