



[Blodkärl](#)

Kärlkramp beror oftast på att det har blivit för trångt i ett eller flera av hjärtats kranskärl. Hjärtat får då inte tillräckligt med syre och du får ont i bröstet, särskilt när du anstränger dig. Att ha kärlkramp ökar risken för hjärtinfarkt. Ring genast 112 om du får en stark smärta i bröstet som inte går över.

Kranskärlen är blodkärl som finns utanpå hjärtat och försörjer muskelcellerna med blod. Om det uppstår en förträngning i ett eller flera kranskärl kan det orsaka kärlkramp.

Hjärtat är en muskel som är stor som en knuten hand. Det pumpar ut syrerikt blod till kroppens alla organ och muskler. Hjärtat behöver också syrerikt blod för att fungera. Det är kranskärlens uppgift. De ligger på hjärtats utsida och fylls med blod när hjärtmuskeln vilar mellan varje hjärtslag.

När det uppstår förträngningar i ett kranskärl kan det göra att själva hjärtmuskeln får syrebrist och du får kärlkramp.

Den vanligaste typen av kärlkramp är stabil kärlkramp.

Den andra typen är instabil kärlkramp. Det är ett förstadium till hjärtinfarkt. Symtomen kommer redan efter lätt ansträngning eller utan att du anstränger dig alls. Du kan ha instabil kärlkramp även om du inte har haft stabil kärlkramp.

Det är vanligt att du får ett eller flera av följande symtom om du har kärlkramp:

- Du får ett tryck mitt över bröstet, ofta när du anstränger dig.
- Du blir mer andfådd än tidigare när du anstränger dig.
- Det kan kännas svårt att andas.
- Det känns trångt i bröstet.
- Det gör ont i bröstet. Ibland strålar smärtan ut i en arm, mot halsen, ryggen eller underkäken.

Symtomen brukar vara i några minuter och släpper ofta efter vila.

Symtom på kärlkramp kan också komma om du känner dig mycket arg eller upprörd.

Ibland kan symtomen börja i vila, till exempel att du vaknar av kärlkramp. Stark kyla, värme, blåst och stress kan utlösa kärlkramp eller göra att den blir värre.

Ont i bröstet är en av de vanligaste anledningarna till att söka akut sjukhusvård och kan ibland vara tecken på [hjärtinfarkt](#). Men tryck eller smärta i bröstet betyder inte alltid att du har hjärtproblem. Läs mer i texten [Ont i bröstet](#).

Kontakta en [vårdcentral](#) om du tror att du har kärlkramp. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Ring genast 112 om du eller någon i din närhet känner något av följande:

- Du har en tryckande eller krampartad smärta i bröstet som inte går över.
- Du har en oklar och obehaglig känsla i bröstet som varar längre än 15 minuter och som du inte vet vad den beror på.
- Du har ont i bröstet och är samtidigt andfådd och kallsvettig eller har ont i bröstet samtidigt som hjärtat slår oregelbundet.

Ring även 112 om någon har svimmat och är avsvimmad längre än en minut.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#) och hjälp att bedöma symtom.

Det finns mycket du kan göra själv för att minska risken för kärlkramp och för att den inte ska förvärras.

Det viktigaste du kan göra är att förändra dina levnadsvanor. Det kan du göra genom följande åtgärder:

- [Sluta röka](#) om du röker.
- Var fysiskt aktiv regelbundet.
- Ät [hälsosam kost](#), vilket innebär mer frukt, grönsaker och fisk.
- Lär dig att [hantera stressiga situationer](#) och ilska.

Kontakta en vårdcentral om du vill få hjälp att ändra dina levnadsvanor.

Risken för kärlkramp ökar också om du har [diabetes](#) eller [högt blodtryck](#).

Du får berätta om dina besvär och läkaren [undersöker din kropp](#). Sedan undersöker läkaren hjärtat och lungorna. Hen gör även [blodtrycksmätningar](#) i båda armarna.

Du får alltid genomgå en [EKG-undersökning](#). Den kan visa om [hjärtat](#) har syrebrist. Det är ett tydligt tecken på kärlkramp. Men du kan ha kärlkramp även om EKG visar att allt är som det ska. Därför behövs även andra undersökningar.

Det är vanligt att få lämna blodprover som kan visa på [blodbrist](#), [diabetes](#) eller [för höga halter av blodfetter](#).

Ofta görs en [datortomografi](#) av hjärtats kranskärl. Du kan också behöva göra ett [arbetsprov](#) för att se om hjärtat får syrebrist när det ansträngs. Det är också vanligt att bli undersökt med [ultraljud](#), som visar hur hjärtat och hjärtklaffarna fungerar.

Du kan behöva göra fler undersökningar för att säkert veta vad dina besvär beror på. Det kan till exempel vara:

- [Hjärtskintigrafi](#).
- [Kranskärlsröntgen](#).

[Läkemedel](#) är den vanligaste behandlingen mot kärlkramp. Behandlingen är förebyggande och ökar bland annat blodflödet i kranskärnen. Det gör att symtomen på kärlkramp inte kommer lika ofta, du får mindre ont, blir mindre andfådd och mindre trött.

Du får även andra läkemedel som lindrar symtomen om du får kärlkramp trots den förebyggande medicineringen.

Du kan behöva en operation av kranskärnen om läkemedlen inte hjälper tillräckligt eller om du har stor risk att få en hjärtinfarkt.

Det finns två typer av operationer. Den ena är [ballongvidgning av kranskärl](#), som även kallas PCI. Den andra är [kranskärlsoperation](#), som också kallas bypass-operation eller CABG.

Vilken behandling som passar bäst beror på vad de olika undersökningarna visar.

Kärlkramp orsakas oftast av [åderförfattning](#), som också kallas åderförkalkning.

En mindre vanlig orsak till kärlkramp är att kranskärlet drar ihop sig tillfälligt. Det kallas spasmkärlkramp. Det kan till exempel bero på förändringar i en eller flera hjärtklaffar eller att hjärtmuskeln är förtjockad.

Det går att leva ett bra och aktivt liv om du har kärlkramp. Men det kan ta tid att vänja sig och acceptera sjukdomen.

Det finns inga hinder för ett sexuellt samliv. Däremot är det viktigt att lyssna på kroppens signaler och att du anpassar dig till den nya situationen. Att ha kärlkramp kan påverka den fysiska orken och det sociala livet.

Du kan alltid fråga en läkare eller sjuksköterska där du får din behandling om det är något du undrar över när det gäller sjukdomen.

För att alla ska få en jämlik vård finns det [nationella riktlinjer](#) för vissa sjukdomar. Där kan du bland annat läsa om vilka undersökningar och behandlingar som kan passa bra vid hjärtsjukvård.

Riktlinjerna innehåller rekommendationer. Vårdpersonalen måste ändå bedöma vad som passar varje enskild patients behov och önskemål.

Det är Socialstyrelsen som tar fram de nationella riktlinjerna. Riktlinjerna är skrivna för chefer och andra beslutsfattare, men det finns också versioner som är skrivna direkt till patienter. Där kan du läsa vad som gäller för just din sjukdom.

[Här kan du läsa patientversionen av de nationella riktlinjerna för hjärtsjukvård.](#)

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

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på 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 till exempel har en hörselnedsättning](#).

Senast uppdaterad:

2023-10-12

Redaktör:

Jenny Andersson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Claes Held, professor i hjärtsjukdomar, Akademiska sjukhuset, Uppsala

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

Åderförfettnin g innebär att fett under lång tid har samlats på insidan av blodkärlen. Då blir det svårare för blodet att passera. Det kan leda till blodproppar som kan orsaka hjärt-kärlsjukdomar. Du kan minska risken för åderförfettnin g genom att äta hälsosamt och vara fysiskt aktiv.

Vid hjärtinfarkt har en blodpropp täppt till hjärtats kranskärl så att blodet inte kan passera.

Det är aldrig för sent att sluta röka. Kroppen börjar återhämta sig nästan omedelbart när du gör ett rökstopp.

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.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).