



[Blodkärl](#)

Åderförfattning 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 åderförfattning genom att äta hälsosamt och vara fysiskt aktiv.

Åderförfattning ger till en början inga symtom. Du får besvär först när det har samlats så mycket fett på samma ställe att blodkärlet har blivit trångt eller när en [blodpropp](#) har bildats. Då kan du få [hjärtinfarkt](#), [kärlkramp](#) i hjärtat eller i benen, [stroke](#) eller andra besvär.

Det finns flera saker du kan göra för att minska risken för [högt blodtryck](#), [höga halter av blodfetter](#), [övervikt](#) och [diabetes](#) som kan leda till åderförfattning. Du kan till exempel [äta hälsosamt](#), [sova tillräckligt](#) och vara fysiskt aktiv regelbundet. Det är också viktigt att [sluta röka](#) om du gör det eftersom rökning ger skador i blodkärlen. [Alkohol](#) kan också öka risken för sjukdom.

Högt blodtryck och höga halter av blodfetter kan du ha utan att känna av det. Du bör be en läkare att kontrollera ditt blodtryck och dina halter av blodfetter om flera personer i din genetiska släkt har eller har haft åderförfattning. Det gäller framför allt om någon nära genetisk släkting har fått åderförfattning före 60 års ålder.

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

Kontakta genast en vårdcentral eller en [jouröppen mottagning](#) om du får kraftiga smärtor i bröstet eller benen som inte släpper trots att du har vilat. Sök vård på en akutmottagning om det är stängt på vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Du får träffa en läkare som frågar om dina symtom. Du får också berätta om du har genetiska släktingar som har eller har haft åderförfattning.

Du kan behöva bli undersökt med [ultraljud](#) eller kontraströntgen av blodkärlen, som även kallas [angiografi](#). Då kan läkaren undersöka de blodkärl där hen misstänker att det kan finnas åderförfattning.

[Datortomografi](#), isotopundersökning eller andra undersökningar behövs ibland för att läkaren ska kunna se om någon kroppsdel har skadats. Du kan också behöva göra [EKG](#) eller [arbetsprov](#) för att läkaren ska se om det finns tecken på att hjärtat är ansträngt. Läkaren mäter också blodtrycket, blodsockervärdet och halten av blodfetter.

Det viktigaste är att du försöker minska din risk för åderförfattning genom att äta hälsosamt, sova tillräckligt mycket och

vara fysiskt aktiv regelbundet. Du bör sluta röka om du gör det och även undvika alkohol. Det är särskilt viktigt när hjärtat är så hårt belastat att du behöver få behandling.

Du kan få hjälp och stöd för att förändra dina levnadsvanor av vårdpersonalen på den mottagning där du har sökt vård.

Du kan få behandling med läkemedel om förändrade levnadsvanor inte hjälper tillräckligt. [Blodförtunnande läkemedel](#) kan minska risken för blodproppar. Den åderförfattning som redan finns går vanligen inte helt tillbaka av läkemedel. Men behandlingen kan göra att åderförfattningen inte fortsätter och att risker för komplikationer minskar.

Ibland kan en operation av blodkärlet som du har fått åderförfattning i göra att det blir ett bättre blodflöde. Någon av de här tre metoderna brukar användas:

- [Ballongvidgning](#), som innebär att en liten ballong förs in i det blodkärl som har blivit för trångt. Sedan blåses ballongen upp för att utvidga kärlet.
- [Kranskärlsoperation](#), som innebär att andra blodkärl leder blodet förbi förträngningen.
- Bortskrapning av blodkärlets innersta förkalkade lager.

När du blir äldre blir väggarna i [artärerna](#) tjockare och stelare. Med tiden lagras fett, blodkroppar och bindväv på insidan av blodkärlen. När det blir för trångt får blodet svårare att passera.

Åderförfattning kallas också för åderförkalkning eller ateroskleros och kan ibland göra att det bildas blodproppar i artärerna. Det kan orsaka följande allvarliga sjukdomar:

- Du kan få kärlkramp eller hjärtinfarkt när kärlen som leder blodet till hjärtat blir för trånga.
- Du kan få en stroke om kärlen som leder blodet upp till hjärnan blir för trånga.
- Du kan få kärlkramp i benen om du har åderförfattning i benen.

Åderförfattning kan också ge problem med potensen. När åderförfattningen har börjat ge besvär i någon del av kroppen har du oftast också åderförfattning i andra blodkärl även om du ännu inte har börjat märka det.

Det finns flera levnadsvanor som kan göra att du riskerar att få åderförfattning. Det innebär en kraftigt ökad risk om flera av följande saker stämmer för dig:

- Du har någon genetisk släkting som har fått åderförfattning före 60 års ålder.
- Du har högt blodtryck, höga halter av blodfetter eller diabetes.
- Du röker.
- Du dricker alkohol.
- Du har övervikt eller fetma.
- Du är [stressad](#).
- Du rör på dig för lite.
- Du äter ohälsosamt.

Du kan [söka vård](#) på vilken vårdcentral du vill i hela landet. Du har också möjlighet att få en fast läkarkontakt på vårdcentralen.

Du kan få en [ny medicinsk bedömning](#) av en annan läkare, om du har en livshotande eller särskilt allvarlig sjukdom. Att få en annan läkares bedömning kan hjälpa dig om du exempelvis är osäker på vilken vård eller behandling som är bäst för dig.

Du ska 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 har en hörselnedsättning](#).

Du som behöver hjälpmedel ska få information om vad som finns. Du ska också få veta hur du ska göra för att få ett hjälpmedel.

Senast uppdaterad:

2022-02-18

Redaktör:

Peter Tuominen, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Peter M Nilsson, läkare, specialist i allmänmedicin, professor i klinisk hjärt-kärlforskning, Skånes Universitetssjukhus, Malmö

Hjärtat pumpar blod genom kroppens blodkärl. Blodet pumpas ut till kroppens olika organ och vävnader och sedan tillbaka till hjärtat igen. Det kallas blodomloppet.

Patientlagen är en lag som har tagits fram för dig som är patient. I lagen beskrivs bland annat vilken information du ska få om din 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.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).