

[Hjärtrytm](#)

Förmaksflimmer

Vid förmaksflimmer slår hjärtat oregelbundet och oftast fort. Då kan inte hjärtat pumpa runt blodet som det ska. Kroppen och hjärtat klarar av förmaksflimmer, men det finns en ökad risk för blodpropp och stroke. Därför kan du behöva behandling. Många som får förmaksflimmer behöver vård på sjukhus.

En del har förmaksflimmer hela tiden. Det kallas för permanent förmaksflimmer eller kroniskt förmaksflimmer. Andra har förmaksflimmer som kommer i attacker. Då går flimret över av sig själv eller om du får behandling.

Symtom

En del märker inte alls av sitt förmaksflimmer. Förmaksflimret kan då upptäckas i samband med att du söker vård för andra besvär. Det är oftast permanent förmaksflimmer som inte ger så mycket symtom.

Andra får stora besvär och mår mycket dåligt, särskilt vid förmaksflimmer som kommer i attacker.

Vid förmaksflimmer är det vanligt att få ett eller flera av följande symtom:

- Hjärtat slår hårt och fort.
- Pulsens slår oregelbundet.
- Du kan känna dig andfådd och svag vid minsta ansträngning.

Här är fler exempel på symtom du kan få vid förmaksflimmer:

- Du får svårt att andas.
- Du får ont i bröstet.
- Du blir väldigt trött.
- Du blir yr.
- Du svettas.
- Du mår illa.
- Du svimmar.

När och var ska jag söka vård?

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om du tror att du har förmaksflimmer. Om det är stängt på vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen, sök vård på en akutmottagning.

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

Om det är bråttom

Ring genast 112 om du eller någon annan upplever följande symtom:

- Du har svårt att andas eller får ont i bröstet.
- Du förlorar förmågan att röra en arm eller ett ben.
- Du får svårt att prata eller blir plötsligt förlamad i ansiktet.

Du som har fått diagnosen permanent förmaksflimmer

Kontakta en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) så snart det går om du har ett eller flera av följande besvär:

- Du har högre puls än vanligt i vila eller vid fysisk ansträngning.
- Du går upp i vikt utan förklaring.
- Du får svullna ben.
- Du blir mer andfådd än tidigare.

Du behöver inte söka vård någon annanstans om det är stängt. Vänta tills den jouröppna mottagningen eller vårdcentralen öppnar.

Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Du som har fått diagnosen förmaksflimmer i attacker

Du behöver inte alltid söka vård om du har fått diagnosen förmaksflimmer i attacker. Ofta går attacken över av sig själv.

Kontakta en [vårdcentral](#) om dina attacker börjar komma tätare än tidigare eller om de påverkar din vardag.

Sök vård på en akutmottagning om du har förmaksflimmer längre än 24 timmar.

Vad kan jag göra själv?

Du som får förmaksflimmer i attacker kan fundera på om attacken kom av någon särskild anledning.

Förmaksflimmer kan ibland utlösas av en eller flera av följande händelser:

- Du dricker kaffe eller alkohol eller använder tobak.
- Du är stressad eller har haft en stressig period.
- Du tränar på elitnivå och har tagit ut dig hårt fysiskt.

I så fall kan du försöka undvika den utlösande orsaken. Men många vet inte varför attackerna kommer och de kan inte påverka attackerna.

Det finns också större risk att få förmaksflimmer i attacker om du har en infektion eller om du har [hypertyreos](#).

Hälsosamma vanor

Att ha en hälsosam livsstil minskar risken för förmaksflimmer. Du mår bättre om du [äter bra](#) och [rör på dig](#).

Undersökningar och utredningar

Ett [EKG](#) visar om du har förmaksflimmer. Vid EKG får du särskilda plattor fastsatta på bröstet och på armar och ben. Plattorna mäter hjärtats elektriska aktivitet.

Läkaren brukar göra en [kroppsundersökning](#) och ställa frågor. Du kan få frågor om livsstil och om du har andra besvär med hjärtat och blodkärlen.

Du kan också få [lämna prover](#) som visar njurfunktion, saltbalans, blodbrist, diabetes eller störningar i sköldkörtels funktion.

En del blir undersökta med [ultraljud](#). Det visar hur effektivt hjärtat pumpar.

Uppföljande EKG

Ett vanligt EKG visar om du har förmaksflimmer eller inte. Men ibland kan läkaren göra uppföljande EKG. Det kan hjälpa till att bestämma vilken behandling som är bäst.

Här kan du läsa mer om [EKG](#).

Behandling

Det finns bra behandling mot förmaksflimmer. Vilken behandling du får beror på hur svåra besvär du har och hur länge du har haft besvären. De flesta som har permanent förmaksflimmer behöver använda läkemedel.

Det är olika vilken behandling som passar bäst. Ibland kan man behöva byta behandling flera gånger innan man är nöjd.

Läkemedel

Läkemedel som kan användas vid förmaksflimmer är:

- blodförtunnande läkemedel
- betablockerare
- rytmstabiliserande läkemedel
- kalciumflödeshämmare.

Här kan du läsa mer om [läkemedel vid förmaksflimmer](#).

Elkonvertering

Du kan få behandling med elkonvertering om du har mycket besvär av förmaksflimmer. Vid elkonvertering får du två plattor på bröstkorgen. Det kommer ström genom plattorna som hjälper hjärtat tillbaka till den rytm som det haft tidigare.

Här kan du läsa mer om [elkonvertering](#).

Ablation

Ablation är en mindre operation som hjälper signalerna i hjärtat att bli rätt. Läkaren för in en kateter i hjärtat via ett blodkärl, oftast via lumsken. En kateter är en liten tunn slang. Genom katetern skickas värme eller kyla till det området som skickar ut felaktiga elektriska signaler. Det gör så att hjärtat fungerar som det ska igen.

Operation

En del som har förmaksflimmer kan bli opererade. Antingen med en mindre titthålsoperation eller genom en större hjärtoperation. Vid större operationer är det vanligt att samtidigt behandla andra hjärtbesvär.

Brinavess

Förmaksflimmer kan ibland brytas med ett läkemedel som heter Brinavess. Det är ett läkemedel som verkar snabbt. Läkaren sprutar in läkemedlet direkt i blodet via en venkateter, samtidigt som du övervakas med EKG.

KBT

KBT är en förkortning av [kognitiv beteendeterapi](#). Terapin hjälper inte mot själva förmaksflimret, men kan göra det lättare att leva med förmaksflimmer.

En del undviker vissa aktiviteter som de tidigare har tyckt om att göra av rädsla för att få förmaksflimmer. Du kan få hjälp att hantera oro och lära dig våga göra saker igen.

Vad händer i kroppen?

Hjärtat består av två förmak och två kamrar. Varje hjärtslag startar med elektriska impulser från sinusknutan i höger förmak. Vid förmaksflimmer blir det störningar i hjärtats rytm. Förmakens elektriska signal startas inte från sinusknutan. I stället kommer det elektriska signaler från andra ställen.

Hjärtat är en muskel som pumpar runt blodet i kroppen. Hjärtat består av två förmak och två kamrar. Det är viktigt att förmaken och kamrarna drar ihop sig i tur och ordning när hjärtat pumpar. Då fylls hjärtat som det ska med blod och varje hjärtslag gör största möjliga nytta.

Det finns ett elektriskt system i hjärtat. Varje hjärtslag ska starta med elektriska impulser från sinusknutan i höger förmak.

Hjärtat pumpar med en regelbunden rytm som kallas hjärtslag. Vid förmaksflimmer blir det störningar i hjärtats rytm. Förmakens elektriska signal startas inte från sinusknutan. I stället kommer det elektriska signaler från andra ställen.

Då hinner inte hjärtat att fyllas och pumpa blod lika effektivt som när sinusknutan styr ordentligt.

Hjärtat drar ihop sig i en oregelbunden rytm och ofta snabbare än vanligt.

Hjärtat klarar av flimret. Det kan jobba ganska bra ändå. Oftast kan hjärtat jobba med ungefär 80 procents effektivitet. Men det blir slitsamt i längden. Dessutom ökar risken för att det samlas blod till en propp.

Läs mer om hur hjärtat och blodomloppet fungerar [här](#).

Förmaksflimmer i attacker

En attack kan pågå från sekunder upp till flera dygn. Det är vanligt att förmaksflimret kommer tillbaka i nya attacker. Det är olika hur ofta. En del har attacker flera gånger i veckan, för andra kan det gå många år mellan attackerna.

En attack går oftast över av sig själv eller om du får behandling.

Permanent förmaksflimmer

Vid permanent förmaksflimmer håller den oregelbundna rytmen i sig. Det går inte att avbryta förmaksflimret. Då behöver du behandling som underlättar för kroppen att leva med förmaksflimret.

Vad beror förmaksflimmer på?

Ofta är det oklart varför det uppstår ett förmaksflimmer. Men mer än hälften av alla som får förmaksflimmer har samtidigt andra sjukdomar.

De sjukdomar som ofta kan kopplas ihop med förmaksflimmer är:

- [högt blodtryck](#)
- [hjärtsvikt](#) eller någon annan hjärt-kärlsjukdom
- [diabetes](#)
- [hypertyreos](#).

När förmaksflimret kommer i attacker är det inte lika vanligt att samtidigt ha andra hjärtsjukdomar.

Förmaksflimmer och fysisk aktivitet

Det är bra för kroppen och hjärtat med fysisk aktivitet. Du mår bättre om du rör på dig.

Prata med en läkare om du har frågor om träning och förmaksflimmer.

Du som är mycket vältränad och har förmaksflimmer kan om prata med en läkare om vad som gäller för dig.

Komplikationer och följsjukdomar

Förmaksflimmer är den vanligaste orsaken till blodpropp i hjärnan, [stroke](#).

Du kan minska risken för stroke genom att ta läkemedel mot blodpropp. Läkaren avgör om du behöver läkemedel.

Förmaksflimmer och graviditet

Kontakta din läkare om du blir gravid. Då kan ni diskutera eventuell medicinering eller om du behöver någon annan uppföljning.

Att leva med förmaksflimmer

Det går att leva ett bra och aktivt liv med förmaksflimmer, även om det kan ta tid att vänja sig och acceptera sjukdomen.

Tala med din läkare om du inte tycker att din behandling fungerar bra. Du har rätt att må bra. Se till att få en behandling som fungerar för dig.

Vanligt att känna oro

Att ha förmaksflimmer kan leda till [oro](#) och [ångest](#). Det är vanligt att man begränsar sitt liv. Att man inte vågar eller orkar göra saker på grund av förmaksflimret. Kanske undviker du att träna, resa, köra bil eller andra saker som du gjorde innan du fick förmaksflimmer.

Det kan hjälpa att ta reda på mer om förmaksflimmer och om din situation. Det kan också hjälpa med [KBT-behandling](#). Prata med vårdpersonalen om hur du känner.

Det finns nationella riktlinjer för hjärtsjukvård

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.](#)

Påverka och delta i din vård

För att du ska kunna vara delaktig i din vård och ta beslut är det viktigt att du förstår [informationen du får](#) av vårdpersonalen. Ställ frågor om du inte förstår. Du kan också be att få information utskriven så att du kan läsa den i lugn och ro. Om du [inte talar svenska](#) eller [har en hörselnedsättning](#) kan du ha rätt att få hjälp av en tolk.

LÄS MER PÅ ANDRA WEBBPLATSER

 [Hjärtlungfonden om hjärtrytmrubbningar](#)

Senast uppdaterad:

2023-05-22

Redaktör:

Kristin Rohman, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Johan Brandt, läkare, specialist i hjärtsjukdomar, Arytmisektionen, Skånes universitetssjukhus, Lund

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

Läs mer

[Läkemedel vid förmaksflimmer](#)

Det finns flera olika läkemedel som kan användas vid förmaksflimmer. Du kan behöva prova olika läkemedel innan du hittar det som passar bäst för dig.

[Elkonvertering](#)

Elkonvertering är en behandling som ibland kan användas när hjärtat inte slår som det ska. Du får en elektrisk stöt för att ändra hjärtats rytm så att det slår som vanligt igen. Under elkonverteringen är du sövd med narkos.

[Stroke](#)

Stroke är ett samlingsnamn för sjukdomar som orsakas av en blodpropp eller en blödning i hjärnan. En stroke leder till syrebrist i hjärnan som gör att du plötsligt förlorar olika förmågor som tal, rörelser, känsel och syn. Det kan vara livshotande och kräver omedelbar vård på sjukhus. Ring genast 112 om du själv eller någon i närheten har symtom som kan bero på stroke.

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.

1177 på flera språk

I

Om 1177

I

Kontakt

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).