

ПРИЗНАКИ ИНФАРКТА

- Сильная боль за грудиной. Она может распространяться на левую руку, плечо, левую половину шеи, на межлопаточное пространство.
- Часто приступ сопровождается чувством страха.
- Прием нитроглицерина не снимает боль.
- Приступ может возникнуть в покое, без видимых причин, боль продолжается от 15 минут до нескольких часов.

При наличии этих признаков надо срочно вызвать «скорую помощь», а до ее приезда с 15-минутным интервалом принять таблетки нитроглицерина в дозировке 0,5 мг, но не более трех раз, во избежание резкого падения давления. Нужно также разжевать таблетку аспирина дозировкой 150-250 мг.

ПРОФИЛАКТИКА

- Следует избегать переутомлений центральной нервной системы, связанных с предъявленными к ней чрезмерными требованиями, психическими травмами, частыми отрицательными эмоциями, недостаточным сном, неправильным режимом отдыха и труда.
- Правильное питание: разнообразный смешанный пищевой рацион с достаточным содержанием овощей, фруктов, ягод.
- Активный образ жизни. Занимайтесь спортом (хотя бы обычной зарядкой, но регулярно).
- Регулярное измерение артериального давления. Люди с повышенным давлением и уже поставленным диагнозом «гипертоническая болезнь» должны проходить осмотр раз в 3-4 месяца в поликлинике.
- Важно без колебаний отказаться от курения.
- Похудеть, если вес превышает норму.

ГБУЗ «ЦРБ» г. Нарткала - динамично развивающаяся медицинская организация. Сегодня больница предоставляет более 100 видов медицинской помощи по 18 направлениям, в том числе:

- офтальмологии
- сосудистой хирургии
- онкологии
- травматологии
- гинекологии
- пластической хирургии с использованием ультразвукового скальпеля и современного диагностического оборудования. ®

ГБУЗ «ЦРБ» г.НАРТКАЛА

Адрес : 361336, КБР,
Урванский район,
ул. Кахунская, 59
Телефон: (86635) 4-21-04
Эл. почта:
crb-nartkala@yandex.ru



ЦЕНТРАЛЬНАЯ
РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА
НАРТКАЛА

ИНФАРКТ МИОКАРДА: факторы риска профилактика

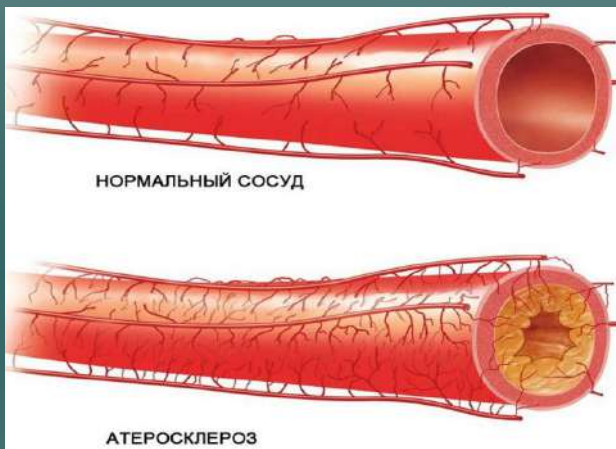


Инфаркт миокарда - одна из основных причин смертности, оставляющая далеко позади рак, СПИД, инфекционные болезни. Каждый четвертый в мире умирает от инфаркта. Сердечным заболеваниям подвержены все, но считается, что инфаркт миокарда чаще всего случается у людей в возрасте от 45 до 60 лет (в очень редких случаях он бывает и в молодом возрасте). У мужчин инфаркт бывает приблизительно в 4 раза чаще, чем у женщин.

ПРИЧИНЫ

Атеросклероз

Хроническая болезнь, нарушающая процессы обмена веществ. Стенка артерий становится кашицеобразной, одновременно с этим происходит затвердевание ткани, что приводит к формированию атеросклеротической бляшки, суживающей просвет сосуда. Чаще всего инфаркт миокарда образуется вследствие закупорки артерии за счет сгустка крови, который образуется на поверхности одной из склеротических бляшек.



Иногда бляшка отрывается от стенки сосуда и вместе с потоком крови несется до тех пор, пока полностью не перекроет кровеносный сосуд. При закупорке артерии мышца, находящаяся под областью непроходимости, начинает испытывать дефицит крови и, соответственно, кислорода. Испытывая недостаток в должном питании, сердце подает сигнал в мозг: «Мне больно». Возникает болевой синдром в области сердца. Если период времени, в течение которого сердечная мышца испытывает дефицит крови, не слишком велик, то поражений сердечной мышцы не наблюдается. В противном случае наступает отмирание сердечной ткани – инфаркт миокарда.

Гипертоническая болезнь

Длительное и стойкое повышение артериального давления. Возникает гипертония чаще всего из-за постоянного нервно-психического напряжения. Не случайно гипертонию называют болезнью неотрегированных эмоций. При гипертонической болезни нарушается проницаемость сосудистых стенок, стенки артерий затвердевают. Запущенные формы гипертонической болезни на почве спазма сосудов, его закупорки кровяными сгустками (тромбами) переходят в омертвление артерий, которое заканчивается инфарктом миокарда.

ФАКТОРЫ РИСКА

Курение

Приводит к стимуляции надпочечников и нарушает функции нервной системы, что приводит к сужению сосудов всего тела и нарушению кровоснабжения органов и тканей. Самое опасное, если человек начинает курить в подростковом возрасте. Эти люди больше всего подвержены возникновению атеросклероза, гипертонической болезни, ишемической болезни сердца, а значит, и инфаркта.



Алкоголь

Оказывает токсическое действие на самые мелкие сосуды – капилляры. Наконец, он угнетает сокращения сердечной мышцы. Поэтому при алкогольном опьянении может наблюдаться сердечная недостаточность.

Наследственность

Значение наследственной предрасположенности к стенокардии и инфаркту миокарда уже давно отмечается врачами. Это особенно бросается в глаза, когда речь идет о сравнительно молодых людях, к тому же не страдающих гипертонической болезнью, которая наряду с атеросклерозом является значительным предопределяющим фактором.

Профессия

Обычно к развитию инфаркта миокарда предрасполагают профессии, связанные с большим умственным напряжением, чрезмерным волнением и в тоже время с недостаточной физической активностью.

Сахарный диабет

Располагает к развитию атеросклероза и сердечной недостаточности и способствует развитию инфаркта миокарда. При сахарном диабете организм не способен усваивать сахар и откладывать его запасы. Поскольку в организме все взаимосвязано, нарушаются все виды обмена веществ. Способствует развитию атеросклероза и

Избыточный вес

сердечной недостаточности. Предупреждение ожирения – один из наиболее эффективных методов борьбы с атеросклерозом.



ЦЕНТРАЛЬНАЯ
РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА
НАРТКАЛА