Инфаркт миокарда: как победить страшного зверя

Как избежать коварного недуга, рассказал тульский врач, заведующий интенсивной терапии Геннадий Фролов.

Инфаркт миокарда (от лат. infarcere – фаршировать) – омертвление сердечной мышцы в результате остро возникшей закупорки (тромбоз венечной артерии) сосудов сердца.

Распространенность в среднем составляет около 500 на 100 000 мужчин и 100 на 100 000 женщин. Преобладающий возраст возникновения инфаркта миокарда — 40-70 лет, преобладающий пол — мужской (мужчины и женщины старше 70 лет заболевают одинаково часто).

ЗРИ В КОРЕНЬ

Факторы риска: гиперхолестеринемия; наследственность; семейная предрасположенность к развитию ишемической болезни сердца, что может быть связано с наследованием некоторых факторов риска; курение; сахарный диабет; артериальная гипертензия; гиподинамия; пожилой возраст; подагра.

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ

Основная жалоба — боль в грудной клетке продолжительностью более 15-20 минут, не купируемая медикаментами. Локализуется чаще за грудиной, может отдавать в левую руку, шею, нижнюю челюсть, спину, надчревную область. Наиболее типичной считают сжимающую, распирающую, сдавливающую, жгучую боль.

Провоцирующие факторы — значительное физическое перенапряжение или эмоциональный стресс незадолго до возникновения инфаркта миокарда.

ЧТО ДЕЛАТЬ

Общая тактика - обязательна неотложная госпитализация в блок интенсивной терапии.

До прибытия «скорой помощи» принять горизонтальное положение, обеспечить доступ свежего воздуха, убрать сдавливающую одежду. Принять необходимые медикаменты, назначенные специалистом. Эффективность зависит от времени начала оказания медицинской помощи — догоспитальный этап должен начаться не позднее часа от начала инфаркта миокарда (но никак не позднее 12 часов).

ПРОФИЛАКТИКА ПОВТОРНОГО ИНФАРКТА МИОКАРДА

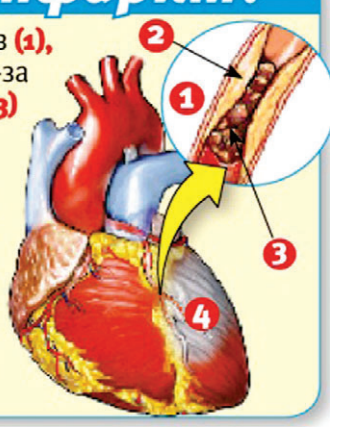
✓ Следует избегать факторов риска.
✓ Амбулаторное наблюдение - поликлиника, участковый врач, кардиолог - не менее 2 раз в год.
✓ Отказ от курения.
✓ Физическая активность (30 мин. 5 дней в неделю).
✓ Диета и контроль веса (ИМТ 18,5 - 24.9 кг/м². ОТ <94-102 см).

МЕДИКАМЕНТОЗНАЯ ТЕРАПИЯ

✓ Контроль АД (<130/80 мм рт.ст.).
✓ Бета-блокаторы.
✓ ИАПФ или БРА.
✓ Коррекция дислипидемии (ХС ЛПНП <2.6 ммоль/л).
✓ Антиагреганты.
✓ Антикоагулянты при наличии показаний.
✓ Терапия сосудистой дистонии.

Как развивается инфаркт?

Плохой жир откладывается на стенках сосудов (1), и образуются холестериновые бляшки (2). Из-за них, а также из-за сгустков крови – тромбов (3) – сосуд закупоривается, кровоток перекрывается, и происходит инфаркт миокарда. Ткани отмирают (4), возникают сильные боли за грудиной. Сердце работает вполсилы. Кислорода не хватает – появляется одышка, артериальное давление падает – человек чувствует слабость. А если отмирает большой участок сердца, орган перестает справляться с нагрузкой и вообще останавливается.



■ БДИ!

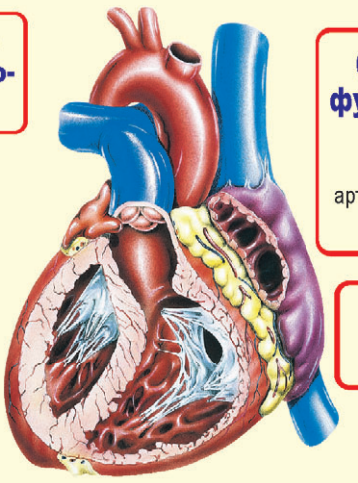
Жизнь после перенесенного инфаркта

I период - подготовительный (переходный). От выписки из стационара до момента возобновления трудовой деятельности.

II период - врабатывание, длится 2-4 недели при условии возвращения на прежнюю работу.

III период - период частичного ограничения трудовых нагрузок - продолжается в среднем около 5-6 месяцев от начала выхода на работу.

IV период - период полной работоспособности. Наступает у большинства больных спустя 5-6 месяцев трудовой активности.

ПОДАРИ СЕРДЦУ ЗДОРОВЬЕ!
Медицинская кардиологическая помощь при:
сердечно-сосудистых заболеваниях, ишемической болезни сердца, инфарктах, гипертонии, нарушенииях сердечного ритма и др.
Кабинет по проверке работы электрокардиостимуляторов
Отделение рентгенохирургии
Отделение кардиологии (комфортабельные двухместные палаты)
Отделение функциональной диагностики (Мониторинг артериального давления, состояния сосудов)
Отделение Ультразвуковой диагностики

✓Кардиоцентр, Веневское ш., 21, тел. (4872) 41-31-18
✓Поликлиника, г. Тула, Веневское шоссе, 1. Тел.: (4872) 40-47-17, 46-51-17
www.tulagb13.ru
Лечебный центр
О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ
На правах рекламы ЛО-71-01-001021 от 11.10.13

■ КСТАТИ

Стрессы, споры и раздражительность сокращают жизнь

Медики из университета Копенгагена считают, что частые споры с супругами, родственниками или друзьями увеличивают риск преждевременной смерти в среднем возрасте. Больше всего уязвимы перед стрессами мужчины. К повышенной смертности приводят и беспокойства о родных и близких.

Согласно результатам исследования, опубликованным в журнале Journal of Epidemiology and Community Health, постоянные споры и ссоры увеличивают риск преждевременной смерти в 2-3 раза. Механизмы, стоящие за этим феноменом, пока медики раскрыть не могут.

Ранее проведенные исследования показали, что у людей, которым приходится часто беспокоиться о родных и которые часто ссорятся с ними, намного чаще случаются сердечные приступы.

Предыдущие исследования также свидетельствуют о том, что для здоровья большое значение имеют хорошие отношения с родными и друзьями.

Датские ученые проверяли физиологические реакции организма на стресс. Наиболее вероятными причинами повышения риска преждевременной смерти они считают высокое давление и повышенный риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний. У мужчин во время стресса повышается выработка кортизола, который отрицательно влияет на работу сердца.

Связь между стрессами и преждевременной смертью медики из Копенгагена выявляли на основе наблюдений, ведущихся с 2000 года, за 9875 датчанами и датчанками в возрасте от 36 до 52 лет. Ученые пришли к выводу, что частые тревоги и просьбы от супругов или детей связаны с повышением риска смерти от самых разных болезней на 50-100%.

Негативное воздействие стрессов увеличивает и безработица. Безработным угрожает значительно более высокая опасность.

Обращает на себя внимание и то, что нервная система и устойчивость к стрессам мужчин значительно ниже, чем у представительниц слабого пола.

Лиц. 71-01-00358 выд. 13.12.07 Выд. деп. здрав. ТО
ЦЕНТР «ДОВЕРИЕ»
УЛ. Ф. ЭНГЕЛЬСА, 137,
Тел. (4872) 36-33-20
ВРАЧ ПСИХИАТР-НАРКОЛОГ
СКРЫЛЬКОВ
Иван Дмитриевич
НАРКОЛОГИЯ
(АЛКОГОЛИЗМ, ТАБАКОКУРЕНИЕ)
ЛИШНИЙ ВЕС
Анонимно
Часы приема:
пн., вт., чт., пт. - с 9.00 до 15.00;
начало сеанса: 10.00, 13.00.
сб., вс. - с 8.00 до 12.00,
среда - выходной.
Предварительная беседа с врачом (бесплатно) с 14.30 до 15.00, по будням.
О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА
Реклама