

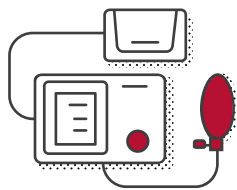
# ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА

## ЧТО ТАКОЕ

Все сердечные патологии, при которых нарушается кровоснабжение сердечной мышцы называют ишемической болезнью сердца (ИБС). Такое состояние возникает при сужении или закупорке сердечных (коронарных) сосудов, вследствие чего поступающая кровь не может обеспечить сердечную мышцу (миокард) необходимым количеством кислорода и питательных веществ. ИБС очень опасна и требует пожизненного лечения, без которого наступает смерть (**см. Ликбез: Хроническая сердечная недостаточность**)

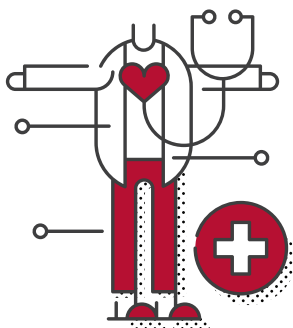
Наиболее частая причина возникновения ИБС — жировые (холестериновые) отложения на внутренних стенках сердечных сосудов, которые сужают просвет и затрудняют поступление крови к миокарду. Чтобы этого не допустить, необходимо максимально наладить питание и вести активный образ жизни. При диагностированном атеросклерозе очень важно соблюдать все предписания лечащего врача

## ЧТО ДЕЛАТЬ



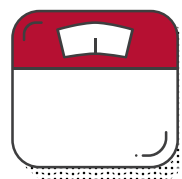
### Контроль АД

Существует прямая взаимосвязь между уровнем артериального давления (АД) и риском развития сердечно-сосудистых осложнений. Поэтому все больные ИБС в обязательном порядке должны пожизненно отслеживать показатели АД (**см. Ликбез: Домашнее мониторирование АД**)



### Ежегодная диспансеризация

Особенно это важно для людей с наследственной отягощенностью (у родственников был инфаркт миокарда, ишемическая болезнь сердца), больных сахарным диабетом, гипертонической болезнью и всех людей старше 45 лет



### Контроль веса

Сердце человека с лишним весом должно работать интенсивней. Такая нагрузка всегда приводит к нарушениям в его работе, в том числе к ИБС

## ⊕ Рекомендовано

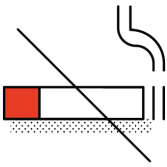
- Ровный эмоциональный фон
- Динамический контроль ЧСС и АД с фиксацией результатов в дневник (см. **Дневник самоконтроля артериального давления**)
- Создание архива выписок с результатами проводившихся исследований и перечнем назначавшихся препаратов

## ⊖ Не рекомендовано

- Самовольный отказ от приема назначенных лечащим врачом лекарственных препаратов
- Замена назначенных лечащим врачом лекарственных препаратов на другие аналоги
- Игнорирование совета исключить факторы риска, провоцирующие ИБС

### Это нужно знать

С возрастом атеросклероз в разной степени развивается у каждого человека. Поэтому независимо от анамнеза нужно регулярно следить за липидным составом. С 20 лет — 1 раз в 5 лет, после 40 лет — 1 раз в год



### Категоричный отказ от курения

Никотин и смолы из табачного дыма влияют на сосуды. В следствии чего сердце начинает испытывать кислородное голодание, что и приводит к ИБС



### Вызов «Скорой помощи»

При возникновении острой боли или дискомфорта в груди, одышки и внезапного потоотделения нужно немедленно принять аспирин и нитроглицерин в любой форме. При звонке оператору важно сообщить о развитии острого коронарного синдрома

### \* Важно!

Всем больным ИБС нужно подобрать с лечащим врачом препарат первой помощи и постоянно иметь его под рукой. При этом нужно периодически отслеживать срок его действия и при необходимости заменять на новый

## ФОРМЫ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

### Стенокардия

Стадия развития ИБС, при которой сужение коронарных сосудов и приступы нарушения кровоснабжения возникают с определенной или спонтанной периодичностью

	В зоне риска	Симптомы
Атипичная стенокардия	<p>Пожилые люди больные сахарным диабетом и ХОБЛ</p> <p>Воспринимается чаще как дискомфорт или проявление другого заболевания</p>	<p>Нехватка воздуха</p> <p>Изжога или жжение, которое часто принимают за ГЭРБ и гастрит</p> <p>Чувство «камня», то есть тяжести, в грудной клетке, которое не ассоциируется с болью</p> <p>Все перечисленные симптомы возникают при нагрузке, в том числе эмоциональной</p>
Типичная стенокардия	<p>мужчины 40 лет и старше женщины в менопаузе</p> <p>Риск увеличивается при наличии Высокого уровня холестерина Никотиновой зависимости Артериальной гипертензии Сахарного диабета</p>	<p>Достаточно интенсивная боль строго за грудиной продолжительностью от 3 до 10 минут.</p> <p>Боль возникает при ходьбе или нагрузке, в том числе эмоциональной</p>

### Острый коронарный синдром (ОКС)

Острая форма ИБС, при которой сердце скоропостижно перестает работать. Чаще всего возникает у людей с невыявленной стенокардией или при игнорировании лечения ИБС.

Зачастую происходит после чрезмерной нагрузки, в том числе эмоциональной

### Острый инфаркт миокарда

Грозное осложнение ИБС, которое может закончиться летальным исходом. Может возникнуть спонтанно у больного с любой формой стенокардии (см. Ликбез: Инфаркт миокарда)

### Внимание

Оценить вероятность развития стенокардии можно на основании специального опросника, который поможет зафиксировать и оценить симптомы развития данной патологии (**смотри: Опросник: Риск развития стенокардии**).