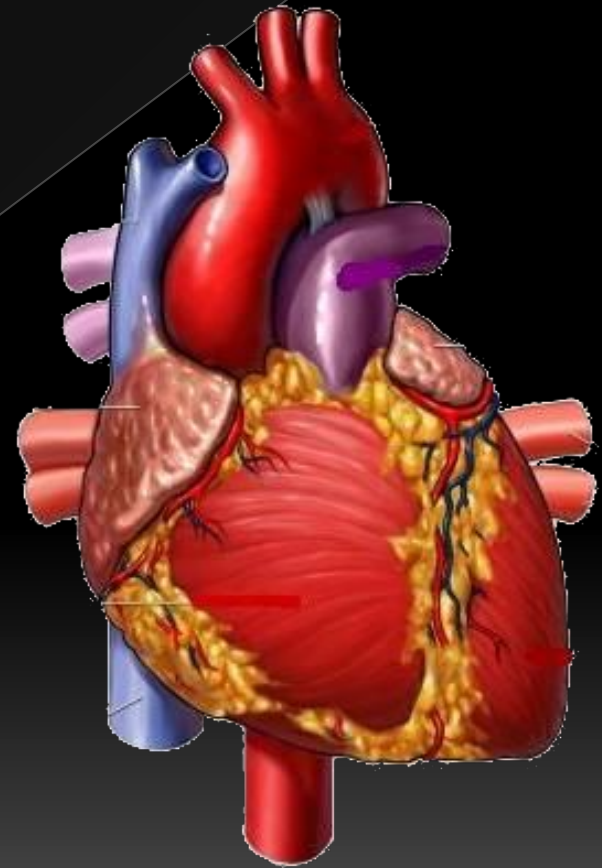
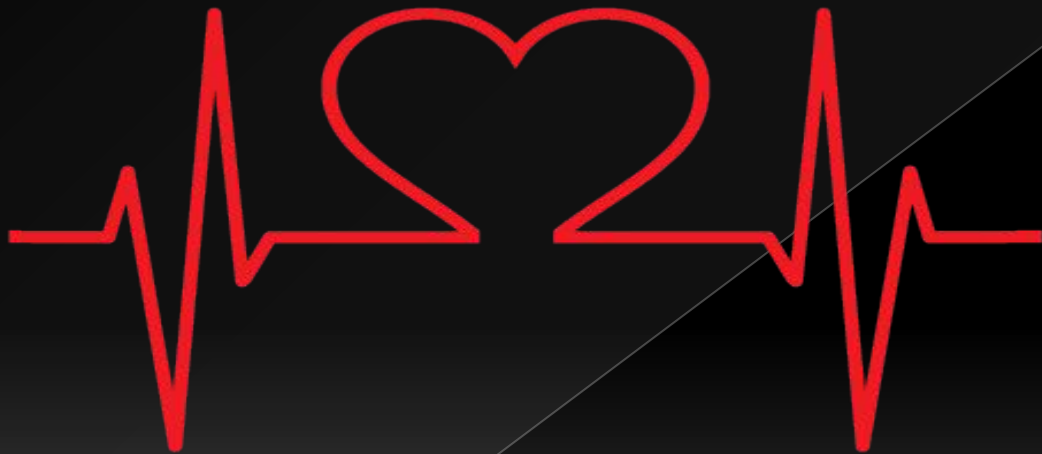


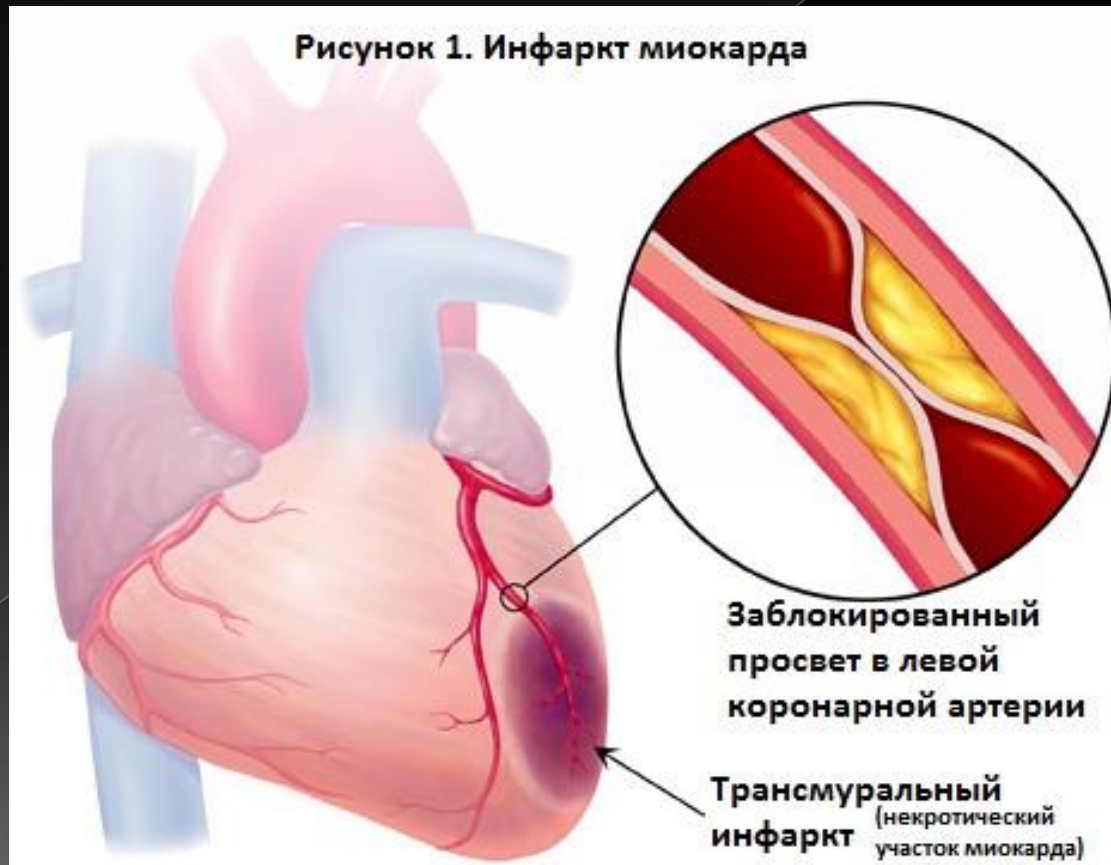
Инфаркт миокарда



ФГБОУ ВО Тверской Государственный Медицинский Университет Здравоохранения
Российской Федерации
Выполнила студентка 114 группы лечебного факультета Кириллова Дарья Андреевна

Понятие «инфаркта миокарда»

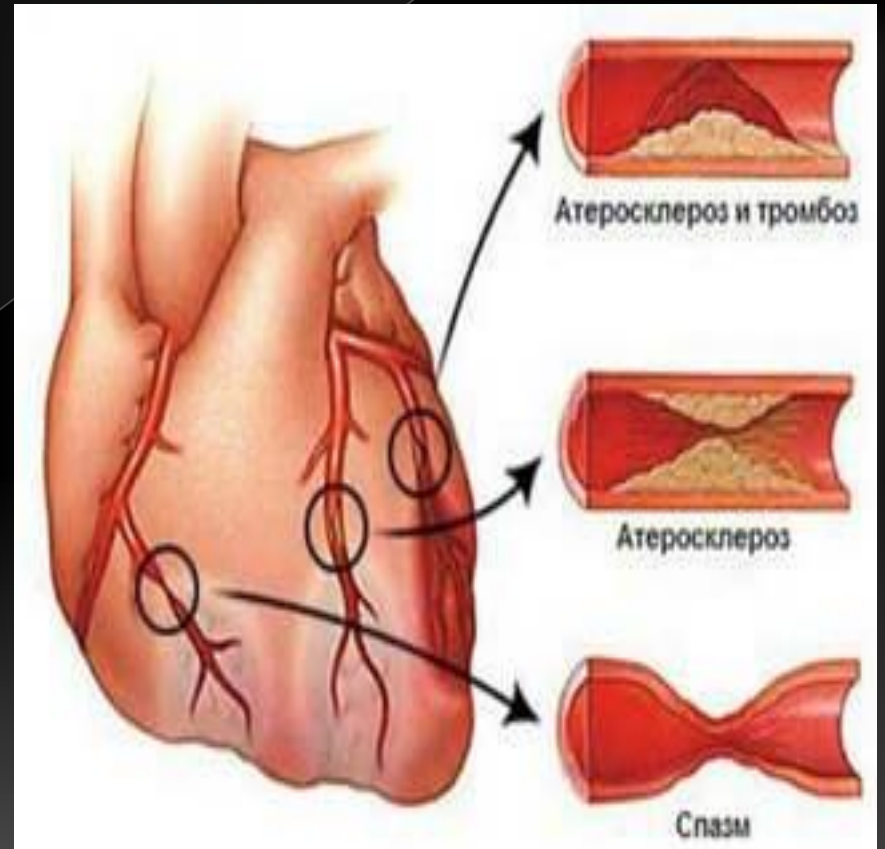
Инфаркт миокарда — это острая форма ишемической болезни сердца. Он возникает, когда прекращается доставка крови к какому-либо отделу сердечной мышцы.



ЭТИОЛОГИЯ

Главная причина болезни — атеросклероз, который есть почти у каждого из нас. Кроме этого, назовем обстоятельства жизни (и зависящие от нас, и нет), при которых вероятность заболеть наиболее высока:

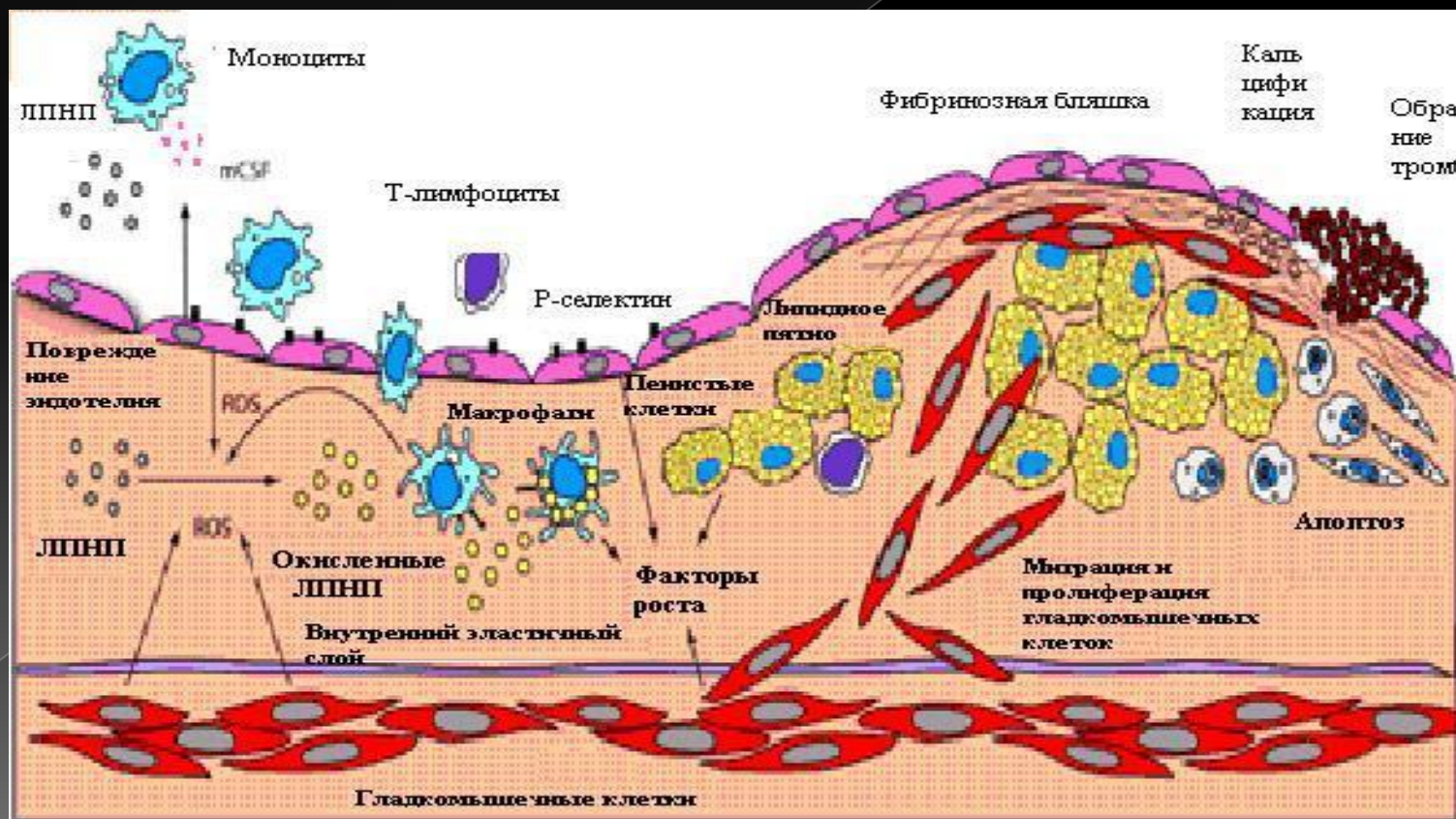
1. мужской пол;
2. для женщин опасный возраст наступает после 50 лет;
3. наследственность (ИБС, инфаркт, мозговой инсульт, хотя бы у одного из прямых родственников: родителей, бабушки, дедушки, брата, сестры, особенно если болезнь у них началась до 55 лет);
4. повышенное содержание холестерина в крови (более 5 ммоль/л или более 200 мг/дл);
5. курение (один из наиболее существенных факторов риска!); избыточная масса тела и малоподвижный образ жизни;
6. повышение артериального давления. (более 140/90 мм рт.ст. в любом возрасте);
7. сахарный диабет.



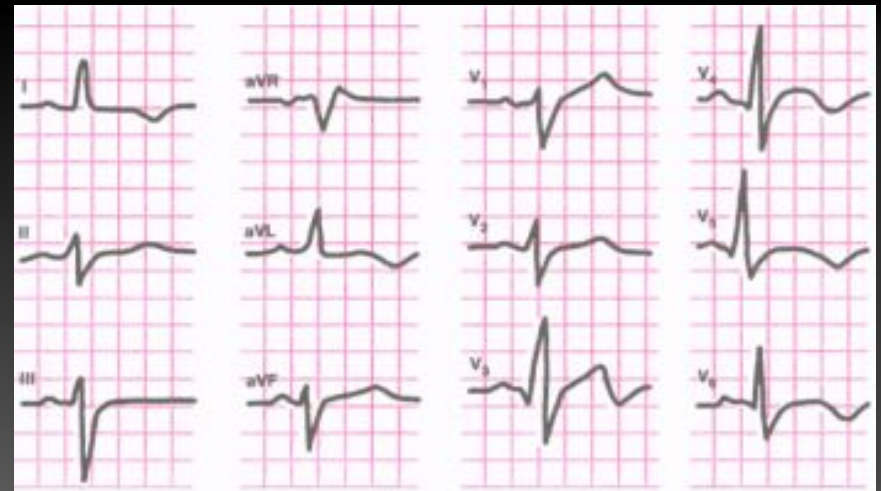
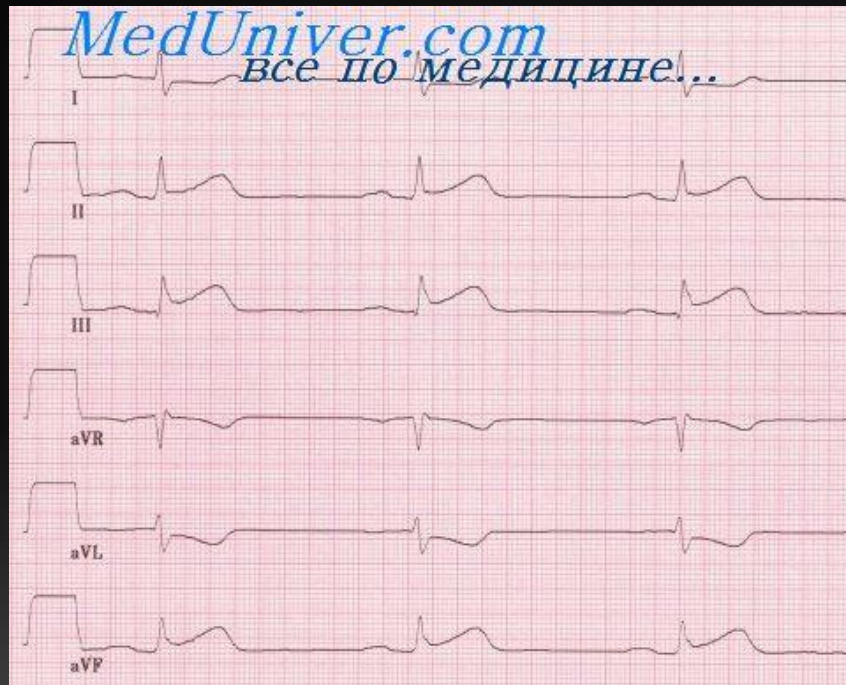
Патогенез

Атеросклероз — процесс, при котором в стенке крупных артерий откладываются некоторые жиры (холестерин и другие липиды), если они в избытке содержатся в крови. Те места на сосудистой стенке, где липидных скоплений особенно много, называются атеросклеротическими бляшками.

Бляшка — наиболее уязвимое место в сосудистой стенке. Особенно если она «молодая» и в ней еще не успел отложиться кальций. В самый неожиданный момент стенка бляшки, а значит, и внутренняя оболочка артерии сердца может треснуть, надорваться.



В зависимости от величины инфаркты разделяют на **крупноочаговые**, при которых некроз распространяется на всю толщину сердечной мышцы, и **мелкоочаговые**. Более опасны крупноочаговые инфаркты передней стенки миокарда.



Симптомы и диагностика инфаркта

Первым признаком, позволяющим заподозрить инфаркт, обычно становится жестокая боль за грудиной, то есть в середине грудной клетки. Обычно в состоянии покоя; давит, жжет, сжимает, может отдавать в руку, плечо, спину, челюсть, шею. При стенокардии подобная боль возникает во время нагрузки, а при инфаркте она более сильная и чаще начинается в покое и не проходит после принятых друг за другом 3 таблеток нитроглицерина (по 1 таблетке под язык через каждые 5 минут).

При наличии этих признаков немедленно вызывайте «Скорую помощь». Умение терпеть в данном случае — опасный враг. Иногда заболевание проявляет себя рвотой или неприятными ощущениями в животе, перебоями в сердце или затруднением дыхания, потерей сознания или... ничем.

Лечение

Чтобы не рисковать, при малейшем подозрении на инфаркт, врачи отправляют человека в реанимационное отделение больницы. И чем быстрее, тем лучше. Ведь только в течение первых нескольких часов, вводя специальные препараты, можно растворить «свежий» тромб и восстановить кровоток в коронарной артерии.

Затем следует предотвратить образование новых тромбов. Для этого используют лекарства, замедляющие свертывание крови. Одно из самых надежных средств — ацетилсалициловая кислота, то есть обычный аспирин. Он уменьшает число осложнений и продлевает жизнь людям, перенесшим инфаркт.



Реабилитация после инфаркта

Восстановление после инфаркта растягивается на несколько месяцев. Ведь заболевание не шуточное, оно требует пересмотреть свой образ жизни, что-то в нем поменять. Реабилитация начинается еще в больнице, где попутно с приемом лекарственных препаратов и прохождением физиотерапевтических процедур постепенно наращивается интенсивность физических упражнений.



Профилактика

От некоторых факторов риска (пол и наследственность) никуда не деться. Зато все остальные вполне поддаются нашим усилиям!

1. Поддерживайте в норме артериальное давление, а также следите за погодой — например, для людей с повышенным артериальным давлением опасными являются жара и геомагнитные бури.
2. Нормализуйте уровень сахара в крови.
3. Больше двигайтесь! Совсем не обязательно «бегать от инфаркта», достаточно гулять на свежем воздухе не менее 5-6 километров в день.
4. Очень важно бросить курить — это один из самых «агрессивных» факторов риска.
5. Постарайтесь сбросить лишний вес. Каким должен быть нормальный вес? Давайте посчитаем: свой вес в килограммах разделите на рост в метрах, возведенный в квадрат. Полученное число называется индексом массы тела. Нужно стремиться к тому, чтобы он не превышал 26. Питание должно быть с минимальным содержанием животных жиров и холестерина. Больше овощей и фруктов. Вместо жирной свинины — белое мясо птицы, сливочное масло замените подсолнечным, сало — рыбой. Такая диета позволяет снизить не только уровень холестерина, но и расходы.