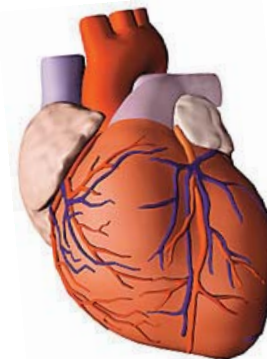


ИШЕМИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ СЕРДЦА – ЧТО ЭТО ТАКОЕ?



Источник: www.internisten-im-netz.de

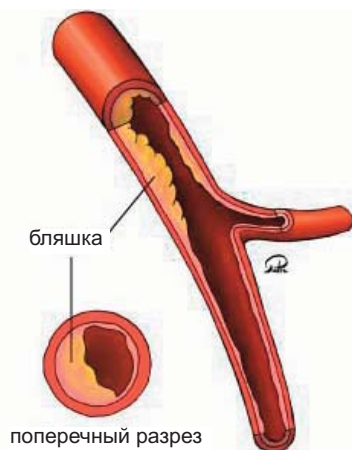
УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

Ваш лечащий врач поставил Вам диагноз хроническая ишемическая (коронарная) болезнь сердца (ИБС). Это серьезное заболевание, которое будет сопровождать Вас всю жизнь. Однако, лечение может улучшить состояние Вашего здоровья и позволит Вам жить полноценной жизнью.

КАК ВОЗНИКАЕТ ИБС?

ИБС возникает вследствие сужения венечных (коронарных) сосудов сердца. Эти сосуды получили такое название потому, что они обрамляют сердце в виде венка. Они снабжают сердце кровью, транспортирующей необходимый для жизни кислород. Сужения образуются в результате отложений липидов и кальция на внутренних стенках сосудов (бляшки).

Из-за сужений сосудов сердце не получает необходимое количество кислорода. Оно не может перекачивать достаточный объем крови по организму, особенно при физических нагрузках. Пациенты жалуются на недомогание.



Отложения бляшки препятствуют кровотоку.

ФАКТОРЫ РИСКА

Возникновению ИБС способствует ряд факторов. Венечные сосуды подвержены высокому риску:

- если Вы курите
- если Вы мало двигаетесь
- если Вы неправильно питаетесь и страдаете избыточным весом
- если у Вас повышен уровень липидов в крови
- если Вы больны сахарным диабетом
- если у Вас повышенное артериальное давление
- при эмоциональном напряжении

СИМПТОМЫ

При ИБС больные не всегда жалуются на здоровье. Но в ходе течения заболевания периодически могут возникать разные по степени выраженности жалобы. Могут возникнуть:

- боли в груди, которые часто отдают в шею, челюсть, руки, верхнюю часть живота
- нехватка воздуха, одышка
- приступы потливости или тошнота
- страх смерти

Под стенокардией (так наз. *Angina pectoris*) понимают приступообразные ощущения сдавления или боли в груди, возникающие зачастую при физических нагрузках или стрессе.

ИБС может привести к тяжелым последствиям, например, инфаркт, нарушения сердечного ритма, слабость сердечной мышцы, и поставить под угрозу Вашу жизнь. Поэтому необходимо детально обсудить с лечащим врачом Ваши действия в критической ситуации. Ваши близкие также должны быть проинформированы.

► ЛЕЧЕНИЕ

Излечить ИБС невозможно. Однако подходящее лечение сохранит привычное качество жизни. Преследуются две цели: снятие симптомов и профилактика опасных осложнений, например, инфаркта. Самая важная составляющая любого лечения – здоровый образ жизни, то есть движение, полноценное питание и, по возможности, отказ от курения. ИБС лечится либо только медикаментозно, либо с использованием так называемых стентов, либо операционно.

Ряд медикаментов нужно принимать всегда, независимо от наличия симптомов. Исследования подтверждают, что иногда они продлевают жизнь:

- **Ингибиторы агрегации тромбоцитов** блокируют отложения кровяных пластинок на стенках венечных сосудов.
- **Статины** позитивно влияют на уровень липидов в крови. На внутренних стенках сосудов образуется меньше бляшки.

В определенных случаях также используются бета-блокаторы, ингибиторы АПФ и другие препараты. Когда приёма медикаментов недостаточно, лечащий врач может установить стенты. Это тонкие трубочки из проволочной сетки, расширяющие суженные кровеносные сосуды. Часто они быстро снимают симптомы, но не влияют на продолжительность жизни. Необходимо и дальше принимать медикаменты.

С помощью операции на сердце врач может восстановить кровоток в обход пораженного сосуда.

Шунтами служат собственные артерии или искусственные материалы. Таким образом в ряде случаев предотвращаются инфаркты и увеличивается продолжительность жизни пациентов, что доказано исследованиями. Однако, операция имеет больше побочных явлений, частота возникновения инсультов немного повышена. Иногда она не даёт преимуществ: например, когда сужен один сосуд. Приём медикаментов должен продолжаться.

► ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ САМИ

- постарайтесь отказаться от курения
- занимайтесь спортом, двигайтесь
- следите за питанием
- принимайте медикаменты регулярно, как назначено врачом
- регулярно проверяйте кровяное давление, уровень сахара и, если нужно, липидов в крови
- ежегодно делайте прививку против гриппа, о её преимуществах и недостатках сообщит врач
- обменивайтесь информацией с другими, сообщите о Вашем заболевании окружающим

На семинарах для пациентов Вы научитесь применять эти советы на практике.

Вы можете также принять участие в специальной программе медицинского обслуживания больных ИБС (DMP КНК). Цель этой программы – согласовать действия терапевта и специалистов по лечению Вашего заболевания. Связанные с этим вопросы Вы можете задать лечащему врачу.

► ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Данная информация для пациентов основана на последних научных разработках. Она обобщает важнейшие пункты рекомендаций на тему «Хроническая ИБС»: www.patienten-information.de/patientenleitlinien

Рекомендации для пациентов создаются в рамках программы национальных рекомендаций по медицинскому обеспечению. Разработка осуществляется Федеральной врачебной палатой (BÄK), Федеральным объединением врачей больничных касс (KBV) и Комиссией научно-медицинских обществ.

Методика и информационный лист «ИБС – действия в критической ситуации»: www.patinform.org

Контактные данные организаций взаимопомощи

Где найти организацию взаимопомощи по Вашему месту жительства, можно узнать в обществе NAKOS (Национальный контактный и информационный центр для создания и поддержки групп взаимопомощи): www.nakos.de, Тел. 030 3101 8960

Ответственный за содержание:

Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)
Совместный институт BÄK и KBV
Тел.: 030 4005-2501 • Факс: 030 4005-2555
Эл. почта: mail@patinfo.org
www.patinform.org
www.aezq.de



С рекомендацией