

Какво трябва да предприемат близките при съмнение за настъпване на миокарден инфаркт?

- Да осигурят покой на легло, а ако състоянието се придвижва с чувство на недостиг на въздух, да повдигнат горната половина на тялото с възглавници;
- Да осигурят чист въздух и да разкопчаят всички стягащи тялото дрехи;
- Да дадат на болния една таблетка Аспирин – да го сдъвче;
- Да се обадят на "Бърза помощ" или на личния лекар.

Как да избегнем инфаркта?

- преустановете пушенето (три години без тютюнопушене понижава риска от сърдечно заболяване до нивото на този при непушачите);
- здравословна храна с по-малко мазнини и ограничен прием на сол;



- контрол на кръвната захар при диабет;



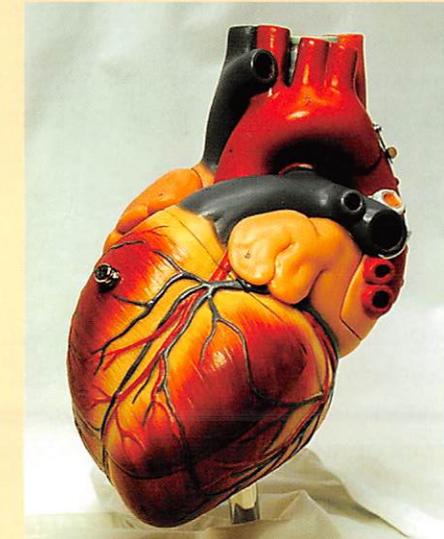
- физически упражнения – 4 пъти седмично по 40 минути;
- редуциране на наднорменото тегло;



- контрол на кръвното налягане при артериалната хипертония.



ИНФАРКТ НА СЪРЦЕТО



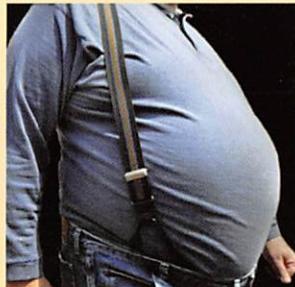
Какво представлява инфарктът?

Инфарктът на сърцето е сериозно заболяване, което се изразява в некроза (разрушаване) на известен участък от сърдечния мускул. Това се дължи на преустановено кръвоснабдяване на този участък, вследствие непроходимост на артерията, която му доставя необходимата кръв (レス. кислород). Непроходимостта на артерията най-често е резултат на запушването ѝ от кръвен съсирек (тромб). Макар и по-рядко непроходимостта на сърдечната артерия може да се дължи на силен, продължителен спазъм, без да е налице тромботичен процес.

Обикновено инфарктът се наблюдава в активна възраст (40–65 г.), но през последното десетилетие в рамките на нарастване на честотата му се установява и в по-млада възраст. До около 55–60-годишна възраст мъжете страдат много по-често от инфаркт в сравнение с жените. След 65-годишна възраст заболеваемостта от сърдечен инфаркт у мъжете и жените започва да се изравнява.

Рискови фактори за сърдечен инфаркт:

- **Артериална хипертония** – според статистически данни 58 % от мъжете и 60 % от жените пострадали от сърдечен инфаркт са били с повишени стойности на артериалното налягане;
- **Повищени нива на холестерол** и по-точно на т.н. „лош“ холестерол (с ниска плътност);
- **Захарен диабет** – почти половината от диабетиците в късните стадии на заболяването страдат от исхемична болест на сърцето и сърдечен инфаркт с висока смъртност;



- **Затлъстяване, наднормено тегло** – особено в по-младата възраст;

➤ **Психоемоционален стрес**, т.е. често психическо и нервно пренапрежение в семейната, битовата и професионалната среда;

➤ **Тютюнопушене** – то повишава кръвното налягане и сериозно увеличава риска от сърдечен инфаркт. Пушачите умират около 5 пъти по-често от инфаркт на миокарда, отколкото непушачите;



➤ **Обездвижване** или заседнал начин на живот;

➤ **Наследствена (фамилна) обремененост.** Съществуват много семейства и фамилии, в които честотата на сърдечния инфаркт е много висока – достига до 68%.

Симптоми:

Силна и продължителна пристъпна стенокардна болка, която продължава повече от 15 минути и не преминава след прием на нитроглицерин. Сърдечният пристъп може да протече със:

➤ Болка в гърдите, придружена с изпотяване, гадене и повръщане;

- Болка в гърдите, която се простира към долната челюст, лявата ръка и рамо;
- Стягане или пробождане в гръдената област;
- Болка в горната част на гърба.

Други симптоми, които придрожават сърдечната болка са: студена бледа кожа, чувство за студ, втрисане без повищена температура, замайване, световъртеж, причерняване пред очите, силно чувство на страх и напрегнатост.

Усложнения на миокардния инфаркт:

- Кардиогенен шок с рязко спадане на артериалното налягане и колапс;
- Остра лявокамерна сърдечна недостатъчност с белодробен оток;
- Разкъсване на сърдечния мускул в областта на засегнатия участък;
- Тромбоемболия на белодробната артерия, на аортата или артериите на долните крайници.

Тези усложнения са причина за високата инвалидност и смъртност на болните.

Лечението на инфаркта се провежда в специализирано интензивно кардиологично заведение.