

СПРАВКА О ЗАБОЛЕВАНИИ

На сегодняшний день, наряду с онкологическими заболеваниями и сахарным диабетом, **сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ)** – поражения сердца и кровеносных сосудов различной природы, приводящие к нарушению работы всей сердечно-сосудистой системы – являются самыми распространенными и опасными заболеваниями в России.

Ежегодно в мире они уносят более 17 миллионов жизней, в РФ жертвами ССЗ каждый год становятся около 340 тысяч человек. Порядка 22 миллионов россиян в той или иной форме страдают кардиологическими заболеваниями, а смертность от болезней системы кровообращения (БСК) только за 6 месяцев в 2013 году составила 899,1 человек на 100 тыс. населения.

Среди самых распространенных ССЗ можно назвать:

- ♥ **болезни периферических артерий** – поражение кровеносных сосудов, обеспечивающих кровоснабжение рук и ног; нарушения кровообращения, развивающиеся в результате этих болезней, приводят к снижению способности пациента ходить и на определенных стадиях болезни могут привести к потере способности ходить и даже к ампутации конечности;
- ♥ **ревмокардит** – поражение сердечной мышцы и сердечных клапанов, являющееся результатом ревматизма, заболевания соединительной ткани, возникающее как осложнение после перенесенной стрептококковой инфекции; в результате может сформироваться как порок сердечных клапанов, так и поражение сердечной мышцы, приводящее к снижению ее способности перекачивать кровь, а также развитию нарушений сердечного ритма;
- ♥ **ишемическую болезнь сердца** – заболевание сердца, развивающееся вследствие поражения атеросклерозом кровеносных сосудов, обеспечивающих кровоснабжение сердечной мышцы; результатом заболевания могут быть приступы сердечных болей, возникающих при физической или эмоциональной нагрузке, а на поздних этапах болезни – и в покое, а также может развиваться инфаркт миокарда или сердечная недостаточность;
- ♥ **нарушения сердечного ритма** – заболевания, связанные с нарушением правильной электрической активности сердца, которая регулирует равномерность сокращения сердечной мышцы и в конечном счете – насосную функцию сердца; кроме того, при некоторых видах нарушения сердечного ритма (например, мерцательной аритмии) внутри полости сердца могут формироваться кровяные сгустки, которые могут с током крови распространяться в сосуды, обеспечивающие кровью головной мозг и приводить к развитию мозгового инсульта;

- ♥ **артериальную гипертонию** – заболевание, при котором повышается давление крови в сосудах, которое можно определить путем его измерения специальным аппаратом; артериальная гипертония опасна не сама по себе, а из-за осложнений, к которым она приводит, среди них инфаркт миокарда, мозговой инсульт, сердечная недостаточность и другие;
- ♥ **тромбоз глубоких вен и тромбоэмболия легочной артерии** – поражение легких, развивающееся после того, как от сгустка крови (тромба), сформированного в венах нижних конечностей, отделяется небольшая часть (эмбол), которая перемещается с током крови в легкие, где закупоривают артерию, происходит остановка кровообращения в соответствующем участке легочной ткани;
- ♥ **врожденные пороки сердца** – врожденные нарушения строения сердца и входящих и выходящих из него сосудов; порок приводит к развитию различных нарушений кровообращения, развитию сердечной недостаточности, в части случаев – нарушению снабжения крови кислородом в легких; многие пациенты нуждаются в как можно раннем хирургическом лечении порока для того, чтобы жить;
- ♥ **болезни сосудов головного мозга** – заболевания кровеносных сосудов, обеспечивающих кровоснабжение мозга; чаще всего это мозговой инсульт, состояние, при котором часть ткани мозга отмирает из-за прекращения доставки крови к ней; иногда нарушение кровоснабжения мозга развивается кратковременно и самостоятельно проходит в течение суток: такое состояние называется транзиторной ишемической атакой или преходящим нарушением мозгового кровообращения;
- ♥ **сердечную недостаточность** – заболевание, развивающееся как результат артериальной гипертонии, ишемической болезни сердца, инфаркта миокарда, болезней сердечных клапанов и других; при сердечной недостаточности размеры сердца увеличиваются за счет растяжения стенок и увеличения полостей сердца; сердечная мышца изменяется, и ее способность перекачивать кровь постепенно снижается; в полости сердца могут образовываться тромбы и физическая активность пациента значительно снижается, на поздних стадиях сердечной недостаточности пациент испытывает одышку даже в покое и постоянно нуждается в посторонней помощи.

ФАКТОРЫ РИСКА ССЗ

Наличие одного или нескольких факторов должно насторожить и напомнить о необходимости регулярного наблюдения у врача:

- ♥ **Повышение артериального давления** больше 140 мм. ртутного столба.
- ♥ **Повышение уровня липидов крови.** Общий холестерин выше уровня 5,2 ммоль/л.
- ♥ **Употребление табака,** независимо от типа и количества.
- ♥ **Злоупотребление алкоголем.** Свыше 30 г. в сутки для мужчин и 20 г. для женщин.
- ♥ **Пониженная физическая активность** – гиподинамия.
- ♥ **Пол.** Риск у мужчин выше, чем у женщин.
- ♥ **Возраст.** Мужчины старше 45 лет и женщины старше 55 лет.
- ♥ **Заболевания.** Сахарный диабет, болезни головного мозга, почек, сетчатки глаза, периферических сосудов.
- ♥ **Наследственность.** Болезни сердца у ваших прямых родственников.
- ♥ **Стрессы.** Психологические нагрузки, особенно хронического характера.
- ♥ **Устойчивое повышение сахара крови.** Уровень глюкозы натощак > 6,0 ммоль/л. или через 2 часа после приема пищи > 7,7 ммоль/л.
- ♥ **Синдром ночного апноэ.** Храп и остановки дыхания во время сна.
- ♥ **Регулярное повышенное потребление соли.** Суточное количество поваренной соли свыше 5 г. (чайная ложка «без горки»).