ИНФАРКТ МИОКАРДА - ПЯТЬ ШАГОВ ВО ВРЕМЯ ПРИСТУПА

**Инфаркт миокарда** – это гибель сердечной мышцы в результате остро возникшего и резко выраженного дисбаланса между потребностью миокарда ( сердечной мышцы ) в кислороде и его доставки.

Преобладающий возраст возникновения инфаркта миокарда – 40-70 лет. Преобладающий пол – мужской ( мужчины и женщины старше 70 лет заболевают одинаково часто).

**Причины инфаркта миокарда:**

* наиболее частая причина – тромбоз венечной артерии, развившийся на фоне атеросклероза – до 90 % всех случаев
* реже инфаркт может возникать и в результате других причин – спазм венечной артерии (в т.ч. в следствие употребления никотина, кокаина, амфетаминов), закупорка частями пристеночного тромба на искусственном клапане, частями опухоли, артерииты, травма сердца, амилоидоз.

**Факторы риска инфаркта миокарда:**

* высокий уровень холестерина в крови,
* сахарный диабет,
* артериальная гипертензия,
* малоподвижный образ жизни,
* семейный анамнез,
* курение.

**Проявления инфаркта миокарда:**

- основное проявление – боль в грудной клетке более 15-20 минут, боль «отдает» по внутренней поверхности левой руки, производя ощущения покалывания в левой руке, запястье, пальцах. Другими возможными областями иррадиации являются плечевой пояс, шея, челюсть, межлопаточное пространство, также преимущественно слева. Таким образом , и локализация, и иррадиация боли не отличаются от приступа стенокардии.

Боль при инфаркте очень сильная, воспринимается как кинжальная, раздирающая, жгучая, «кол в грудной клетке». Иногда это чувство настолько невыносимое, что заставляет кричать. Также как и при стенокардии, может возникнуть не боль, а дискомфорт  в грудной клетке: чувство сильного сжатия, сдавления, ощущение тяжести «стянуло обручем, сжало в тиски, придавило тяжелой плитой». У некоторых людей возникает лишь тупая боль, онемение запястий в сочетании с тяжелой и длительной загрудинной болью и дискомфортом в грудной клетке.

Начало ангинозной боли при инфаркте миокарда внезапное, часто в ночные или предутренние часы. Болевые ощущения развиваются волнообразно, периодически уменьшаясь, но не прекращаются полностью. С каждой новой волной болевые ощущения или дискомфорт в грудной клетке усиливаются, быстро достигают максимума, а затем ослабевают.

Важно помнить, что для образования инфаркта достаточно продолжительной боли более 15 минут. Еще одним важным отличительным  признаком инфаркта миокарда является отсутствие уменьшения или прекращения боли в состоянии покоя или при приеме нитроглицерина (даже повторном)

**Пять шагов во время приступа:**

* ***1 шаг:*** если боль возникла во время нагрузки – немедленно прекратите ее, сядьте удобней и опустите ноги
* ***2 шаг:*** если боль возникла в покое, в положении лежа – сразу же удобно сядьте с опущенными ногами
* ***3 шаг:*** обеспечьте доступ свежего воздуха ( откройте окно, расстегните затрудняющую дыхание одежду )
* ***4 шаг:*** примите 1 таблетку нитроглицерина под язык или впрысните аэрозоль под язык (не вдыхая ) 1 дозу нитроглицерина, если эффекта нет, то повторите прием таблетки через 3 минуты, а аэрозоля через 1 минуту
* ***5 шаг:*** если боль не проходит, то вызвать врача «скорой помощи», а до его прибытия разжевать 0, 25 г аспирина

**Будьте здоровы !!!**

**Жих Н.И. врач терапевт**