С заботой о сердце



Сегодня, как нельзя кстати, хочется затронуть тему сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ). Так как ССЗ до сих пор остаются главной причиной смертности во всем мире. Более того, они имеют тенденцию к «омоложению» - если раньше инфаркт у людей в возрасте 25-30 лет был редкостью, то сейчас, к сожалению, такое явление встречается часто.

Что же нужно знать, чтобы как можно раньше выявить сердечно-сосудистые заболевания? На что обратить внимание, чтобы как можно раньше помочь себе и предотвратить тяжёлые последствия сердечных катастроф?

В первую очередь, чтобы сохранить здоровье желательно раз в году проходить профилактические осмотры. Своевременная диагностика и лечение помогают не только сохранить здоровье, но и продлить жизнь.

Существуют признаки возможных патологий сердечно-сосудистой системы, Основные из них: - боль в области сердца; -учащенный или замедленный пульс (норма 60-90 ударов в минуту);- отечность ног; -одышка; -повышение артериального давления; - в состоянии покоя или при незначительной физической активности.

Боль в области сердца может быть разной: от легкой ноющей до острой. Если боль резкая и возникла внезапно – лучше вызвать скорую помощь, так как это может быть симптомом острого заболевания сердечно-сосудистой системы (например, инфаркта). Если же боль тянущая, это может свидетельствовать о хронической патологии или о наличии проблем с другими органами и системами. Иногда боль в груди – это признак невралгии или остеохондроза. Но чтобы исключить заболевания сердца, поход к кардиологу в этом случае обязателен.

Нарушения пульса могут приводить к проблемам кровоснабжения важных органов. У профессиональных спортсменов частота сердечных сокращений может значительно снижаться из-за тренировок, но если такое случается у других людей – это повод обратиться к врачу. Частый пульс – тоже не нормальное явление. Помимо того, что он может свидетельствовать о проблемах с сердцем, иногда это симптом эндокринных или неврологических нарушений.При нарушениях работы сердца могут возникать одышка и отеки нижних конечностей, которые усиливаются в вечернее время. При этом отеки симметричны и не связаны с приемом большого количества жидкости. Из-за патологий сердца и органов дыхания одышка может возникать даже в состоянии покоя (вплоть до эпизодов во время сна). Выяснить причину этих нарушений и подобрать оптимальное лечение может помочь врач.

Мы желаем Вам никогда не болеть и обращаться к врачам только с профилактической целью!

Во многих случаях предупредить болезнь намного проще, чем лечиться.

УЗ «Дятловская ЦРБ» врач общей практики Каренко Е.Е.