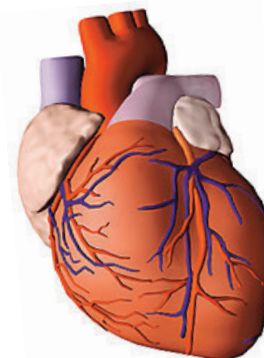


## ИБС: КОГДА СУЖЕНЫ СОСУДЫ СЕРДЦА



Источник: [www.internisten-im-netz.de](http://www.internisten-im-netz.de)

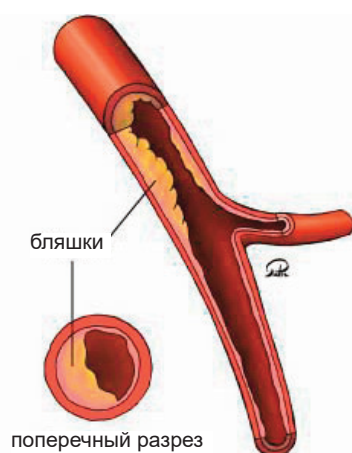
### УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

Лечащий врач поставил вам диагноз – *хроническая ишемическая (коронарная) болезнь сердца* (ИБС). Это серьезное заболевание, которое будет сопровождать вас всю жизнь. Однако при правильном лечении качество жизни сохранится.

### ▶ КАК ВОЗНИКАЕТ ИБС?

ИБС возникает из-за сужения венечных (коронарных) сосудов сердца. Эти сосуды получили такое название потому, что они обрамляют сердце в виде венка. Через них в сердце поступает кровь с необходимым для жизни кислородом. Сужения образуются в результате отложений липидов и кальция на внутренних стенках сосудов. Специалисты называют такие отложения *бляшками*.

Из-за сужений сосудов сердце не получает необходимое количество кислорода. Оно не может перекачивать достаточный объем крови, особенно при физических нагрузках. Появляются боли и недомогания.



Отложения бляшек препятствуют кровотоку.

### ▶ СИМПТОМЫ

При ИБС больные жалуются на здоровье непостоянно. Периодически в ходе болезни могут возникать разные по степени выраженности симптомы:

- боли в груди, часто отдающие в шею, челюсти, руки, верхнюю часть живота
- одышка, удушье, чувство, что «быстро задыхаешься»
- приступы потливости, тошнота
- страх смерти

Под стенокардией или так называемой *Angina pectoris* врачи понимают приступообразные ощущения сжатия или боли в груди, возникающие в основном при физических нагрузках или стрессе.

У некоторых пациентов ИБС может привести к тяжелым осложнениям – инфаркту, нарушениям сердечного ритма, слабости сердечной мышцы – и поставить под угрозу жизнь. Поэтому необходимо детально обсудить с лечащим врачом действия в критических ситуациях.

### ▶ КАК СТАВИТСЯ ДИАГНОЗ?

Врач тщательно осмотрит вас и подробно расспросит о симптомах, привычках, психических нагрузках, лекарствах, а также других болезнях.

Основными видами обследований при характерных симптомах и явных признаках ИБС являются:

- *электрокардиограмма* (сокращенно ЭКГ)
- ультразвуковое исследование сердца (научный термин: *эхокардиография*)

ЭКГ укажет на ИБС и поможет отличить ее от других болезней сердца. С помощью ультразвука можно точно оценить состояние сердца и, например, обнаружить еще и сердечную недостаточность. Для четкого планирования лечения могут быть назначены и другие обследования.

### ► ЛЕЧЕНИЕ

Излечить ИБС невозможно. Однако правильно подобранное лечение сохранит привычное качество жизни. Преследуются две цели: снятие симптомов и профилактика опасных осложнений, например инфаркта.

Важнейшая часть любой терапии – это здоровый образ жизни, т.е. движение, рациональное питание, отказ от курения. Помимо этого, для лечения ИБС применяют только медикаменты, используют *стенды* или проводят операцию.

При внезапных приступообразных болях временно помогут нитраты: в виде *спрея* или в *капсулах*. Другие препараты нужно принимать всегда, независимо от наличия симптомов. Исследования подтверждают, что они иногда продлевают жизнь.

- **Препараты, снижающие свертываемость крови**, блокируют отложения кровяных пластинок на стенках венечных сосудов. Пациентам с ИБС назначают в основном ацетилсалициловую кислоту, известную как АСК.
- **Статины** позитивно влияют на уровень липидов в крови. На внутренних стенках сосудов образуется меньше бляшек.

В некоторых случаях также используются бета-блокаторы, ингибиторы АПФ и другие препараты.

Если приема лекарств недостаточно, врач может установить стенты. Это тонкие трубочки из проводочной сетки, расширяющие суженные кровеносные сосуды. Зачастую они быстро снимают симптомы, но не влияют на продолжительность жизни. Прием лекарств нужно продолжать.

### ► ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Данная информация основана на **рекомендациях для пациентов «Хроническая ИБС»:**  
[www.patienten-information.de/patientenleitlinien/khk](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien/khk)

Рекомендации были составлены в рамках программы Национальных рекомендаций по медицинскому обеспечению. Финансируется Федеральной врачебной палатой (БÄК), Федеральным объединением врачей больничных касс (KBV) и Комиссией научно-медицинских обществ.

Бюллетень «ИБС: действия в экстренных случаях»: [www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

Методика и источники: [www.patienten-information.de/kurzinformationen/koronare-herzkrankheit#methodik](http://www.patienten-information.de/kurzinformationen/koronare-herzkrankheit#methodik)

#### **Контактные данные организаций взаимопомощи**

Данные организаций взаимопомощи по месту жительства вы узнаете в NAKOS (Национальный контактный и информационный центр создания и поддержки групп взаимопомощи): [www.nakos.de](http://www.nakos.de), Тел. 030 3101 8960

Ответственный за содержание:

Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)

По заказу Федерального объединения врачей больничных

касс (KBV) и Федеральной врачебной палаты (БÄК)

Факс: 030 4005-2555

Эл.почта: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

[www.patienten-information.de](http://www.patienten-information.de)

[www.azq.de](http://www.azq.de)



С помощью операции на сердце команда врачей восстановит кровоток в обход пораженного сосуда. Шунтами служат собственные артерии или искусственные материалы. Так в ряде случаев предотвращаются инфаркты и увеличивается продолжительность жизни, что доказано исследованиями. Но операция имеет больше побочных явлений, чаще возникают инсульты. Иногда она не дает преимуществ: например, когда сужен лишь один сосуд. Прием лекарств нужно продолжать.

### ► ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ САМИ

- Постарайтесь отказаться от курения.
- Пользу принесут физическая активность и спорт.
- Важно здоровое питание.
- Лекарства эффективны только если их принимать строго по назначению врача.
- Регулярно проверяйте артериальное давление, уровень сахара и, если нужно, липидов в крови.
- Эксперты советуют ежегодно делать прививку против гриппа. Лечащий врач проконсультирует о ее преимуществах и недостатках.
- Обменивайтесь информацией с другими, сообщите о вашем заболевании окружающим.

На семинарах для пациентов вы научитесь применять эти советы на практике. Также вы можете принять участие в специальной программе медицинского обслуживания больных ИБС (DMP KHK). Цель этой программы – согласовать действия специалистов по лечению вашего заболевания. Все вопросы можно задать лечащему врачу.

С рекомендацией