

# Заболевания сердечно-сосудистой системы

В настоящее время количество случаев заболевания сердца и сосудов прогрессивно увеличивается. Наше сердце особенно часто страдает от неправильного питания, колебаний атмосферного давления, стрессов, малоподвижного образа жизни. Поэтому очень важно вовремя обратить внимание на свое здоровье и начать лечение.

## АРИТМИЯ

Аритмия — это нарушения сердечной деятельности, различные по своему характеру и происхождению отклонения в ритме сокращений сердца.

В обычной жизни, когда с сердцем все в порядке, человек, как правило, не ощущает его биения, не воспринимает его ритма. А при появлении аритмии явно чувствуются перебои, замирание сердца либо резкое хаотическое сердцебиение.

В основе аритмии лежит изменение условий формирования возбуждения сердечной мышцы или аномалия путей его распространения. Аритмии могут быть вызваны как функциональными нарушениями, так и тяжелыми органическими поражениями сердца. В некоторых случаях причиной нарушений сердечного ритма являются врожденные особенности проводящей системы сердца. Определенную роль в возникновении аритмии играет состояние нервной системы. Например, психическое, эмоциональное

напряжение вызывает изменения в темпе, а зачастую — и в ритме сердечных сокращений, в том числе, и здоровых людей. Аритмия нередко возникает у людей с заболеваниями центральной и вегетативной нервной системы.

Разные заболевания, сопровождающиеся нарушением анатомической структуры сердца или происходящих в нем обменных процессов, вызывают различные по продолжительности и характеру виды аритмии, и установить диагноз может только врач, выводы которого основываются на клинико-электрокардиографических данных.

Чаще всего встречаются следующие нарушения ритма:

- синусовая тахикардия (учащение ритма сердца до 120–150 сокращений в минуту). У здоровых людей она возникает при физических и эмоциональных нагрузках. Но после них частота пульса возвращается к норме. Стойкое же учащение синусового ритма до 100–140 ударов в минуту наблюдается при сердечной недостаточности, нарушении функции щитовидной железы, малокровии, заболеваниях нервной системы. В подобном состоянии у больного наблюдается усиленное сердцебиение с неприятными ощущениями в области сердца. Причиной такой тахикардии могут быть бытовые, токсические и лекарственные воздействия. Их устранение приводит к нормализации состояния без дополнительного назначения каких-либо специальных препаратов;

- пароксизмальная тахикардия (внезапное учащение сердцебиений в состоянии покоя до 140–200 ударов в минуту). Больной во время приступа должен находиться в горизонтальном положении, к нему лучше вызвать кардиобригаду;

- брадикардия (падение ритма сердца до 60–40 и менее сокращений в минуту). Чаще встречается при неврозах, патологии органов пищеварения. Какой-то специальной терапии не требуется, полезны ЛФК и массаж, рекомендуют

принимать капли Зеленина, женьшень, чай из аптечной ромашки;

- экстрасистолия (преждевременное сокращение сердца или его отделов). Может протекать бессимптомно, в ряде случаев больной ощущает «толчок» в груди, «остановку» сердца или пульсацию в подложечной области. При неврозах и рефлекторных экстрасистолиях у людей с заболеваниями внутренних органов наиболее важное значение имеет коррекция питания и образа жизни, а также лечение основной и сопутствующей патологии;

- мерцательная аритмия (сокращения сердца, чаще всего неправильные, беспорядочные, от 50 до 480 ударов в минуту);

- сердцебиение (ощущение учащенных или усиленных сокращений сердца). У здоровых людей появлению сердцебиения способствуют изменения возбудимости нервного аппарата, регулирующего деятельность сердца, под влиянием большой физической нагрузки, волнения, высокой температуры воздуха, злоупотребления табаком, алкоголем, крепким чаем, кофе. Сердцебиение возникает также при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, при болезнях, протекающих с лихорадкой. Иногда подобное состояние случается даже при незначительном физическом напряжении или вовсе в состоянии покоя, может сопровождаться чувством страха.

**Диагностика.** Главный метод диагностики аритмии — это электрокардиография (ЭКГ), которая основана на регистрации электрических полей, образующихся при работе сердца. При этом на теле пациента закрепляются электроды. Для обеспечения проводимости, на участки кожи в местах контакта наносят токопроводящий гель.

Кроме того, может быть проведено суточный мониторинг ЭКГ. Это непрерывная запись электрокардиограммы в течение 24 часов с помощью портативного прибора,

который пациент носит при себе, занимаясь обычной деятельностью. Ведь ЭКГ в кабинете врача не всегда может «поймать» приступ аритмии.

Также для диагностики используется ЭКГ с нагрузкой. Это проведение ЭКГ во время определенной физической деятельности, например, ходьбы на беговой дорожке. Кроме ЭКГ фиксируется артериальное давление.

Еще один метод диагностики аритмии — это эхокардиография. Он основан на способности ультразвука отражаться при взаимодействии со средами разной плотности. Отраженный сигнал регистрируется, и из него формируется изображение. Это позволяет увидеть в режиме реального времени, как работает сердце.

**Лечение** аритмии зависит от ее типа и тяжести. Некоторые люди с аритмией не нуждаются в лечении. Другим пациентам необходимы изменения образа жизни, лекарственные препараты или хирургическое вмешательство.

Для лечения аритмии используют антиаритмические препараты, которые контролируют частоту сердцебиения (например, бета-блокаторы). Кроме того, применяют антикоагулянты, которые «разжижают» кровь, препятствуя образованию тромбов. К ним относятся варфарин и аспирин. Для каждого пациента препарат и его дозировка подбираются индивидуально.

Определенные факторы могут способствовать развитию аритмии. Необходимо отказаться от курения, ограничить употребление алкоголя и напитков, содержащих кофеин (кофе, чай, кока-кола и т. п.). Следует с осторожностью принимать препараты от простуды и кашля. Некоторые из них содержат вещества, которые нарушают ритм сердца.

В сложных случаях пациенту показана имплантация кардиостимулятора (водителя ритма). Это прибор, который посылает электрические импульсы в сердечную мышцу,