

**Чем опасны сердечно-сосудистые заболевания?
Как спасти своё сердце и сосуды?**

Как избежать сосудистой катастрофы



Страховая компания «Арсенал МС» информирует, что сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) являются основной причиной смерти во всем мире. В большинстве случаев их можно выявить или предотвратить при помощи регулярных медицинских осмотров. Люди, страдающие ССЗ или подвергающиеся высокому риску таких заболеваний, например, имеющие повышенное артериальное давление, диабет или гиперлипидемию, нуждаются в раннем выявлении и оказании помощи путем консультирования и, при необходимости, приема лекарственных средств.

Симптомы острых осложнений ССЗ, угрожающих жизни

Сосудистые катастрофы – именно так называют врачи инфаркт миокарда и инсульт. Эти грозные недуги, ежедневно уносящие многие жизни, внезапны и разрушительны. Инфаркты

и инсульты являются острыми заболеваниями и происходят, главным образом, в результате закупоривания сосудов, которое препятствует току крови к сердцу или мозгу. Самой распространенной причиной этого является образование жировых отложений на внутренних стенках кровеносных сосудов, снабжающих кровью сердце или мозг. Кровотечения из кровеносного сосуда в мозг или сгустки крови могут также быть причиной инсульта.

Симптомы инфаркта миокарда

Основное проявление инфаркта миокарда – жгучие, давящие, сжимающие боли за грудиной, в левой половине грудной клетки, в руках (чаще левой), левом плече, челюсти или спине (чаще – под левой лопаткой), иногда – в верхних отделах живота. Чаще эти ощущения очень выраженные, реже ощущаются как дискомфорт. Боли не зависят от положения тела, дыхательных движений, не усиливаются при пальпации грудной клетки. Чаще боли длятся более 20 минут, не купируются после прекращения физической нагрузки и приема нитроглицерина.

Сердечный приступ могут сопровождать следующие симптомы:

- затруднение дыхания, ощущение нехватки воздуха, кашель;
- тошнота, рвота;
- чувство головокружения;
- слабость, потеря сознания;
- холодный пот, бледность, дрожь;
- сердцебиение, перебои в работе сердца;
- эмоциональное возбуждение, страх.

Около 25% инфарктов миокарда протекают без каких-либо симптомов.

Симптомы инсульта:

- внезапная слабость в руке и/или ноге с одной стороны;
- внезапное онемение половины лица, конечностей с одной стороны;
- асимметрия лица;
- внезапное нарушение речи;
- спутанность или потеря сознания;
- внезапное нарушение зрения на один или оба глаза;
- внезапная сильная головная боль, возникшая по неизвестной причине.

Люди, испытывающие эти симптомы, должны немедленно обращаться за медицинской помощью.

Факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний

Основной причиной развития ишемических заболеваний сердечно-сосудистой системы является атеросклероз (изменение внутренней оболочки артерий, включающее накопление холестерина и некоторых фракций липопротеинов в просвете сосудов). В течение длительного времени атеросклероз может протекать бессимптомно, лишь со временем приводя к появлению стенокардии, хронической цереброваскулярной недостаточности или же непосредственно к инфаркту миокарда, ишемическому инсульту или внезапной смерти.

Основными факторами риска развития атеросклероза являются:

- артериальная гипертония;
- сахарный диабет;
- ожирение;
- отягощенная наследственность;
- неправильное питание;
- отсутствие физической активности;
- курение и употребление алкоголя;
- повышение уровня липидов в крови.

Профилактика ССЗ. Диспансеризация.

Существует первичная и вторичная профилактика ССЗ.

Первичная профилактика направлена на предотвращение развития заболевания. К ней относятся: отказ от курения, уменьшение потребления соли и алкоголя, снижение избыточной массы тела, потребление фруктов и овощей, регулярная физическая активность.

Немаловажную роль в обнаружении факторов риска, таких как повышенный холестерин или глюкоза, повышенное давление, играет диспансеризация. На первом этапе она помогает обнаружить первые изменения, провоцирующие развитие ССЗ. Исходя из результатов первичного обследования пациента могут направить на второй этап диспансеризации, назначив дополнительные анализы и обследования.

Вторичная профилактика – это предотвращение осложнений сердечно-сосудистых заболеваний (например, повторных инфарктов миокарда или инсульта).

Диспансерное наблюдение

Как правило вторичная профилактика ССЗ осуществляется в рамках диспансерного наблюдения – это комплекс мер по предупреждению осложнений и смертельных случаев ССЗ, включая наиболее полную коррекцию факторов риска и лечение пациентов, уже имеющих ССЗ.

Задачи диспансерного наблюдения:

- коррекция лечения (при необходимости);
- при обострении сердечно-сосудистого заболевания направление к врачу-кардиологу;
- направление больных (по показаниям) на высокотехнологичные методы диагностики и лечения в соответствии с Порядком оказания медицинской помощи больным с сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Периодичность посещения поликлиники в рамках диспансерного наблюдения устанавливается лечащим врачом, но не реже 1 раза в год при стабильном течении заболевания. Даже при хорошем самочувствии эти визиты нельзя пропускать, так как от них зависит тактика лечения.

Диспансерное наблюдение проводится бесплатно и не требует больших усилий.

!!! Если Вы страдаете заболеваниями сердечно-сосудистой системы Вам следует находиться на диспансерном наблюдении у Вашего лечащего врача. Диспансерное наблюдение обеспечивает систематический контроль состояния Вашего здоровья и своевременное проведение обследований и корректировку лечения.

При любых сложностях в получении медицинской помощи в рамках диспансерного наблюдения, необходимо обращаться в свою страховую медицинскую организацию. Страховое представительство всегда окажет помощь и сделает всё возможное для решения вашего вопроса.

Для получения консультации по вопросам оказания и качества медицинской помощи в рамках системы ОМС Вы можете обратиться к специалистам страховой медицинской компании ООО «Арсенал МС» на горячую линию по номерам телефонов: 8 (800) 700-07-76 (бесплатно по России), +7 (978) 0-333-333 (для Республики Крым), +7 (978) 0-777-777 (для города Севастополя).

Уточнить дополнительную информацию о порядке получения медицинской помощи можно также по телефону «горячей» линии Минздрава Республики Крым 8 (800) 733-33-34.