

## Памятка для пациента с ИБС

Ишемическая болезнь сердца (ИБС) – это заболевание, при котором сосуды сердца не могут обеспечить адекватного кровоснабжения сердечной мышцы. Причина – атеросклероз коронарных артерий, при котором образуются бляшки в сосудах, кровоснабжающих сердце. ИБС может привести к инфаркту миокарда. Примерно у половины пациентов с ИБС именно инфаркт бывает первым проявлением болезни.

Главный симптом ИБС – боль или дискомфорт в грудной клетке, которые обычно возникают во время физической нагрузки, на фоне повышения артериального давления или психоэмоционального перенапряжения. Чаще всего это чувство тяжести в груди, сдавление, жжение. Иногда ощущения можно перепутать с изжогой. Боль может распространяться в левую руку, левую лопатку, в нижнюю челюсть, в спину между лопатками. Она длится секунды-минуты и проходит после короткого отдыха или приема нитроглицерина. Иногда при ИБС возникают не боли в грудной клетке, а одышка во время физической нагрузки. Если появились такие симптомы, следует незамедлительно обратиться к врачу.

Есть определенные заболевания и состояния, которые предрасполагают к развитию ИБС – факторы риска. К ним относят: мужской пол, возраст старше 50 лет, курение, гипертонию, сахарный диабет, избыточный вес, повышенный холестерин, отягощенную наследственность – если у кого-то из близких родственников был инфаркт. Чем больше факторов риска, тем выше вероятность, того, что болевой синдром в груди – проявление ИБС.

ИБС лечат при помощи таблеток и оперативных вмешательств. Основа лечения этого заболевания – антиагреганты и статины. Антиагреганты, самый популярный из которых – ацетилсалициловая кислота, или аспирин, - используют для предотвращения образования тромбов. Статины – для снижения уровня холестерина. Также кардиологи назначают антиангинальные препараты – это профилактика стенокардии или ее устранение.

Оперативные вмешательства при ИБС подразделяют на стентирование и шунтирование. Стентирование – это процедура, при которой особым катетером через артерии рук попадают в сосуды сердца, в месте сужения раздувают баллон и ставят стент – полую металлическую трубочку, которая механически поддерживает просвет сосуда. Шунтирование – это открытая операция под наркозом, при которой ниже бляшки пришивают шунт, который позволяет «в обход» нее кровоснабжать сердце. Шунт может быть венозным, когда берут подкожную вену с ноги, либо артериальным, когда его формируют из артерий, кровоснабжающих грудную стенку.

Помимо таблеток и оперативных вмешательств необходимо бросить курить, регулярно контролировать давление, глюкозу и холестерина, снизить вес и двигаться хотя бы полчаса в день.