

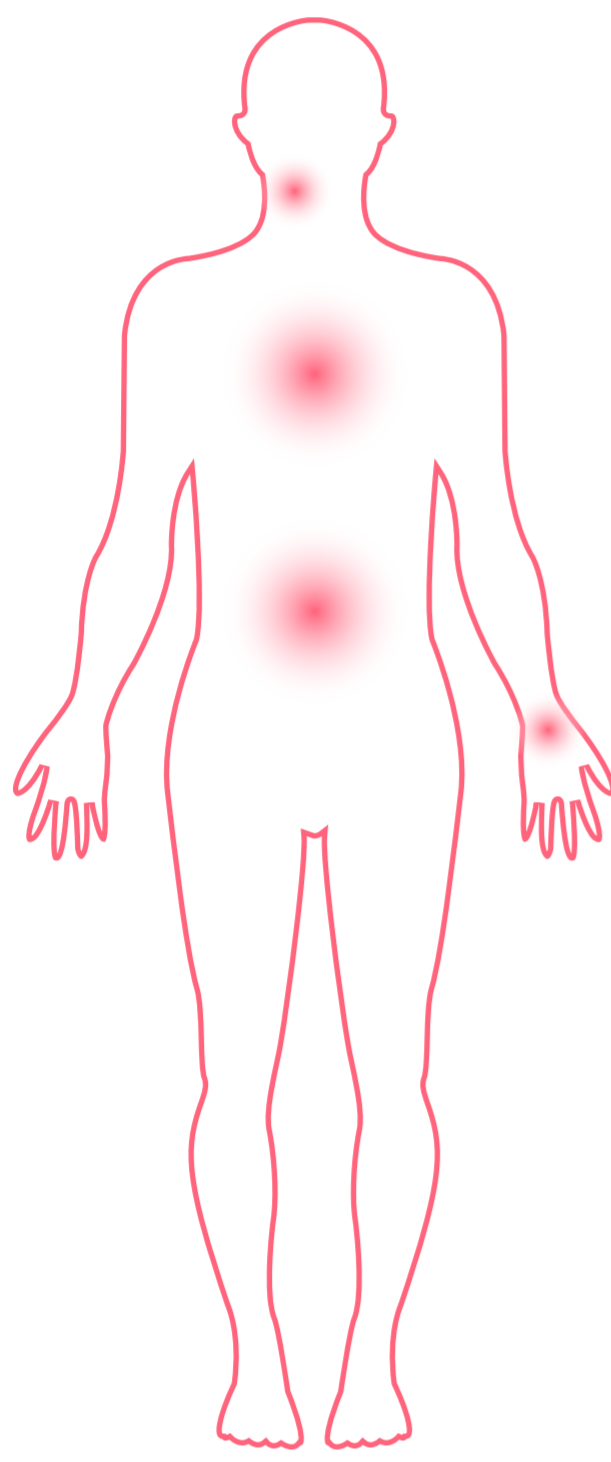
Как распознать инфаркт



Инфаркт — это состояние, при котором прекращается ток крови в сосудах, питающих сердечную мышцу, из-за спазма или закупорки артерий. Он происходит, когда одну из коронарных артерий перекрывает атеросклеротическая бляшка или тромб. Из-за этого сердечная мышца не получает питательные вещества и кислород, что приводит к быстрой гибели клеток сердца (кардиомиоцитов). Чем быстрее будет оказана помощь, тем меньшая область сердечной мышцы пострадает. В группе риска — люди с заболеваниями сердца (гипертония, ИБС, аритмия), диабетики, люди с атеросклерозом¹.

Симптомы инфаркта

Если вы заметили какой-либо из этих признаков, **немедленно вызывайте скорую помощь**²!



Острая боль в груди

Отдаёт в руку, лопатку, плечо, шею или нижнюю челюсть. Боль не изменяется при дыхании, не становится слабее в сидячем или лежачем положении.

Слабость

Внезапное помутнение сознания и головокружение.

Спазмы в области живота

Напоминают ощущения при сильном расстройстве желудка. Возможна тошнота.

Проблемы с дыханием

Одышка, судорожное дыхание, ощущение нехватки воздуха, желание расстегнуть ворот одежды.

Паника

Бледная кожа, холодный пот

Проблемы с пульсом

Он плохо прощупывается, быстрый и нерегулярный. Легче всего проверить пульс на запястье или под нижней челюстью (там крупные артерии расположены близко к коже).

Потеря сознания

Первая помощь при инфаркте

1 Ослабить нагрузку на сердце

Для этого нужно усадить человека так, чтобы его голова и тело имели опору. Согнуть колени, расстегнуть ворот, ослабить пояс на брюках или ремень.

2 Обеспечить поступление свежего воздуха

Открыть окно или включить кондиционер. Важно не позволять окружающим передвигать или тормошить человека.

3 Дать лекарство

Если человек страдает стенокардией, у него могут быть препараты от приступа. Нужно помочь ему принять лекарство. Если человек без сознания или приступ случился впервые – не следует давать препараты до приезда медиков.

4 Говорить с пострадавшим

Успокоить его, периодически проверяя пульс. Оценить, насколько часто человек дышит и ориентируется ли в обстановке.

5 Если человек без сознания

Уложить его на землю или пол, проверить дыхание и пульс³.

Источники:

1. American Heart Association: "Warning signs of a heart attack." 2019 г.

2. Округин С.А., Кужелева Е.А., Гарганеева А.А. Программа ВОЗ «Регистр острого инфаркта миокарда»: эпидемиологический мониторинг острых коронарных катастроф // Комплексные проблемы сердечно-сосудистых заболеваний. 2018. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/programma-voz-registr-ostrogo-infarkta-miokarda-epidemiologicheskij-monitoring-ostroyh-koronarnyh-katastrof> (дата обращения: 30.09.2019).

3. Thygesen K., Alpert J., White H. Универсальное определение инфаркта миокарда // РФК. 2008. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/universalnoe-opredelenie-infarkta-miokarda> (дата обращения: 30.09.2019).