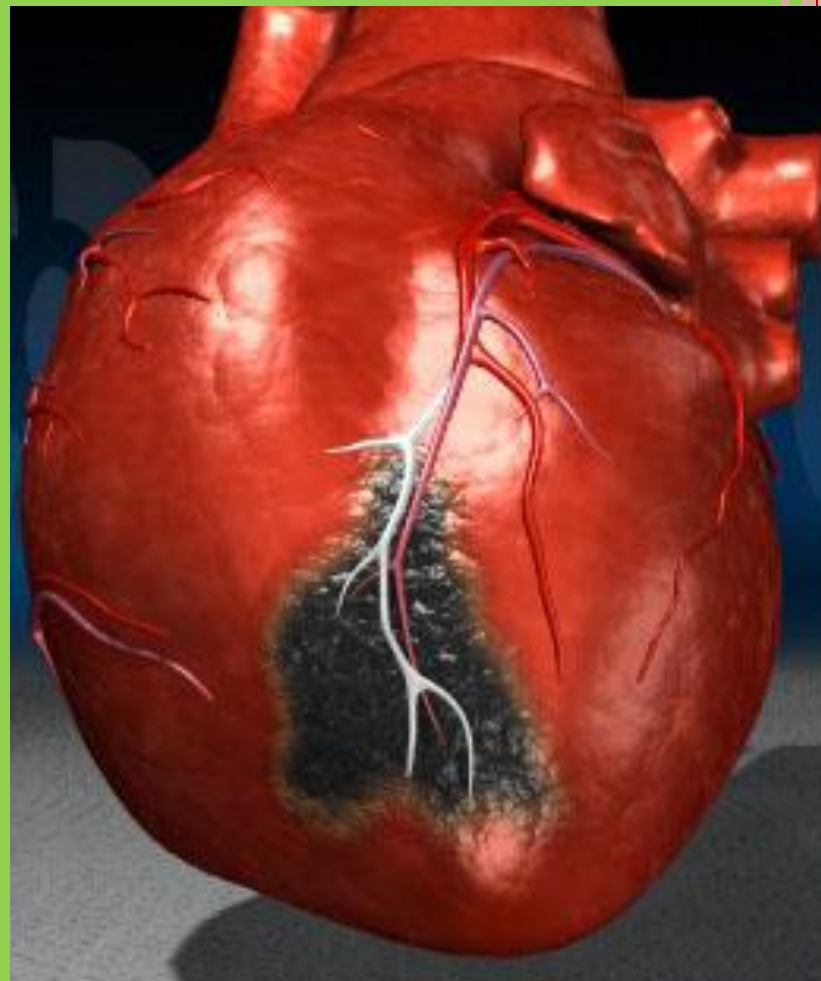


Элективный курс по биологии  
«Экология человека»

# ИНФАРКТ - ЭТО ПРИГОВОР...

Презентацию выполнила ученица 10 класса  
МКОУ СОШ с.Кормино Арбажского района  
Кировской области  
Орлова Анастасия  
Учитель Новоселова И.А.

Инфаркт миокарда является очень грозной болезнью. От нее ежегодно умирают тысячи людей и зачастую предвестником этого недуга становятся сильные стрессы и эмоциональные переживания. К сожалению, в нашей стране почти 40% населения умирают именно от инфаркта. Его очень трудно вовремя диагностировать, так как удар может быть очень стремительным и сразу смертельным. Высокий холестерин, плохая экология, неправильное питание и злоупотребление алкоголем являются одними из основных

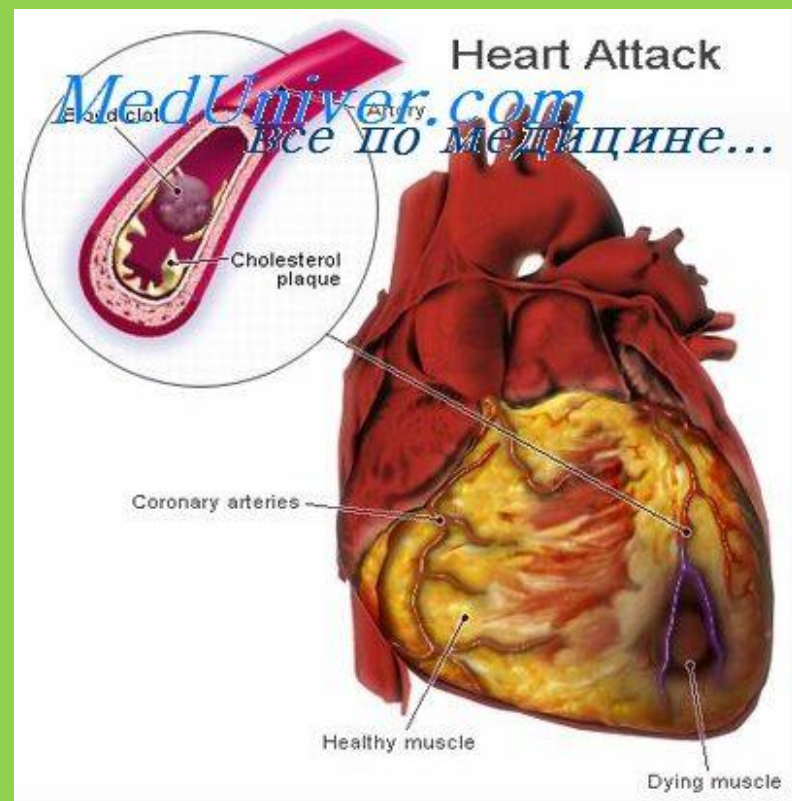




Поверьте, не даром о человеке, расстроившем своими словами или поступками, говорят "до инфаркта доведет". Эта поговорка отражает одну из особенностей инфаркта - его развитие могут спровоцировать сильные эмоциональные переживания и стресс. О том, насколько опасен инфаркт миокарда, красноречиво свидетельствуют данные статистики. Из всех больных острым инфарктом миокарда до прибытия в больницу доживает лишь половина, причем этот процент практически одинаков для стран с разным уровнем скорой медицинской помощи. Из попавших в больницу еще треть умирает до выписки из-за развития смертельных

Сегодня каждый второй мужчина и каждая третья женщина встречаются с ишемической болезнью сердца и с ее тяжелейшим проявлением - инфарктом миокарда.

Во время острого протекания болезни может возникнуть ситуация, когда к какому-либо отделу сердечной мышцы прекращается поступление крови. Если кровоснабжение нарушается на 15-20 минут и более, "голодающий" участок сердца умирает. Этот участок гибели (некроза) сердечных клеток и называется инфарктом



Отчего перестает поступать кровь? От тромба, который может образоваться в просвете одного из сосудов сердца. Человек при этом ощущает нестерпимую боль за грудиной, которая не снимается приемом даже нескольких таблеток нитроглицерина подряд.

Причинами возникновения инфаркта могут быть сразу несколько пунктов:

- ✓ чаще всего им заболевают мужчины;
- ✓ после 50-ти лет инфаркт поражает женщин даже чаще мужчин;
- ✓ наследственность (ИБС, инфаркт, мозговой инсульт, хотя бы у одного из прямых родственников: родителей, бабушки, дедушки, брата, сестры, особенно если болезнь у них началась до 55 лет);
- ✓ повышенное содержание холестерина в крови (более 5 ммоль/л или более 200 мг/дл);
- ✓ курение (один из наиболее существенных факторов риска!);
- ✓ избыточная масса тела и малоподвижный образ жизни;
- ✓ повышение артериального давления

# СИМПТОМЫ И ДИАГНОСТИКА ИНФАРКТА

Первым признаком, позволяющим заподозрить инфаркт, обычно становится жестокая боль за грудиной, то есть в середине грудной клетки. Обычно в состоянии покоя; давит, жжет, сжимает, может отдавать в руку, плечо, спину, челюсть, шею. При стенокардии подобная боль возникает во время нагрузки, а при инфаркте она более сильная и чаще начинается в покое и не проходит после принятых друг за другом 3 таблеток нитроглицерина (по 1 таблетке под язык через каждые 5 минут).

При наличии этих признаков немедленно вызывайте "Скорую помощь". Умение терпеть в данном случае - опасный враг. Иногда заболевание проявляет себя рвотой или неприятными ощущениями в животе, перебоями в сердце или затруднением дыхания, потерей сознания или... ничем.

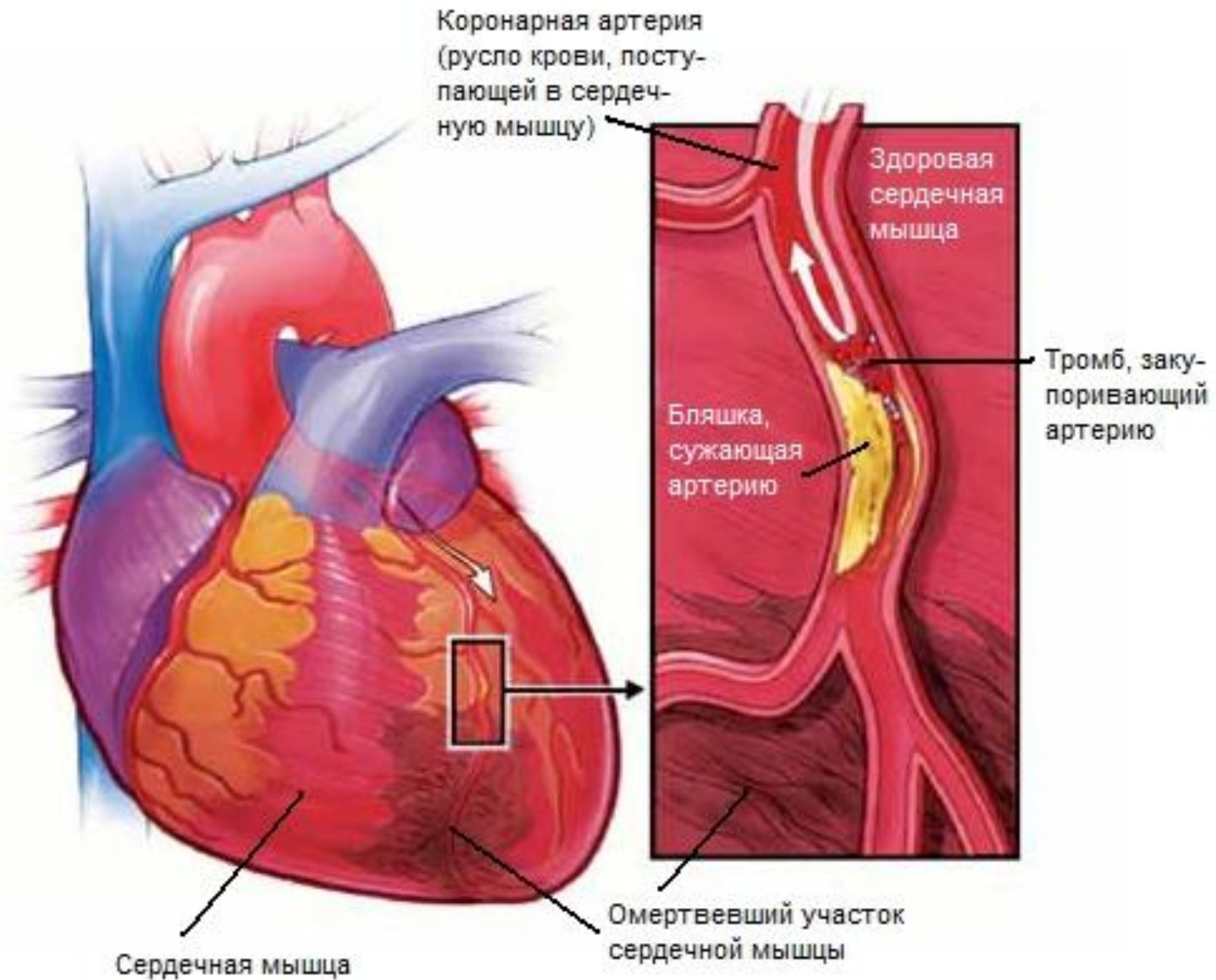
Да, случается и такое: человек перенес инфаркт, даже не заметив этого. Так называемая безболевая форма инфаркта миокарда чаще наблюдается у людей, страдающих сахарным диабетом.

Изменения, происходящие при инфаркте хорошо видны на электрокардиограмме. Для уточнения области и степени поражения может быть назначено УЗИ сердца (эхокардиография), которая дает возможность увидеть структурные изменения. В ряде случаев

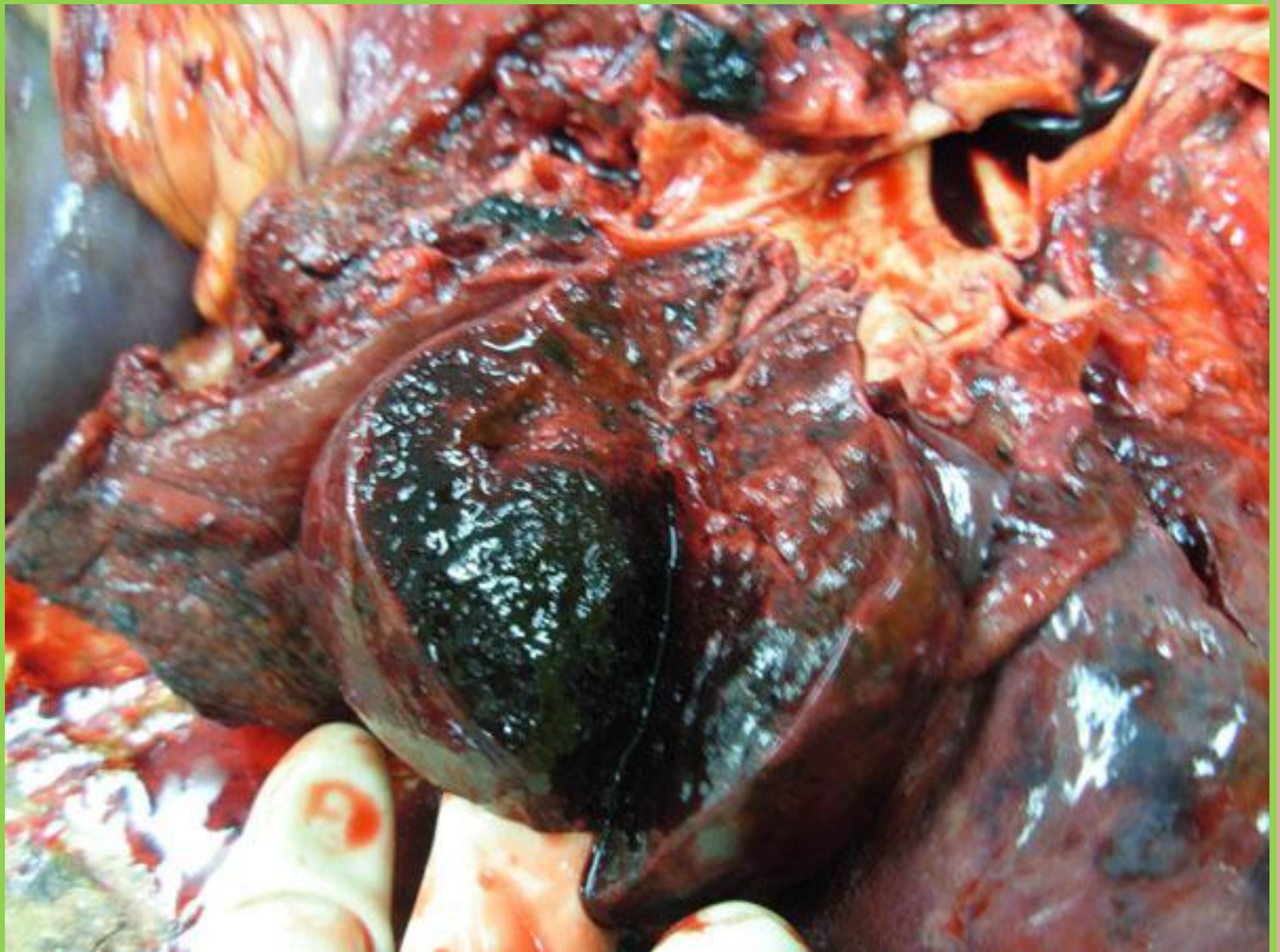
## Профилактика

От некоторых факторов риска (пол и наследственность) никуда не деться. Но зато все остальные вполне поддаются нашим усилиям:

- ✓ Поддерживайте в норме артериальное давление, а также следите за погодой - например, для людей с повышенным артериальным давлением опасными являются жара и геомагнитные бури.
  - ✓ Нормализуйте уровень сахара в крови.
  - ✓ Больше двигайтесь.
  - ✓ Очень важно бросить курить.
- ✓ Постарайтесь сбросить лишний вес. Питание должно быть с минимальным содержанием животных жиров и холестерина. Больше овощей и фруктов. Вместо жирной свинины - белое мясо птицы, сливочное масло замените подсолнечным, сало - рыбой. Такая диета позволяет снизить не только уровень холестерина, но и расходы.







**Спасибо за внимание.**

