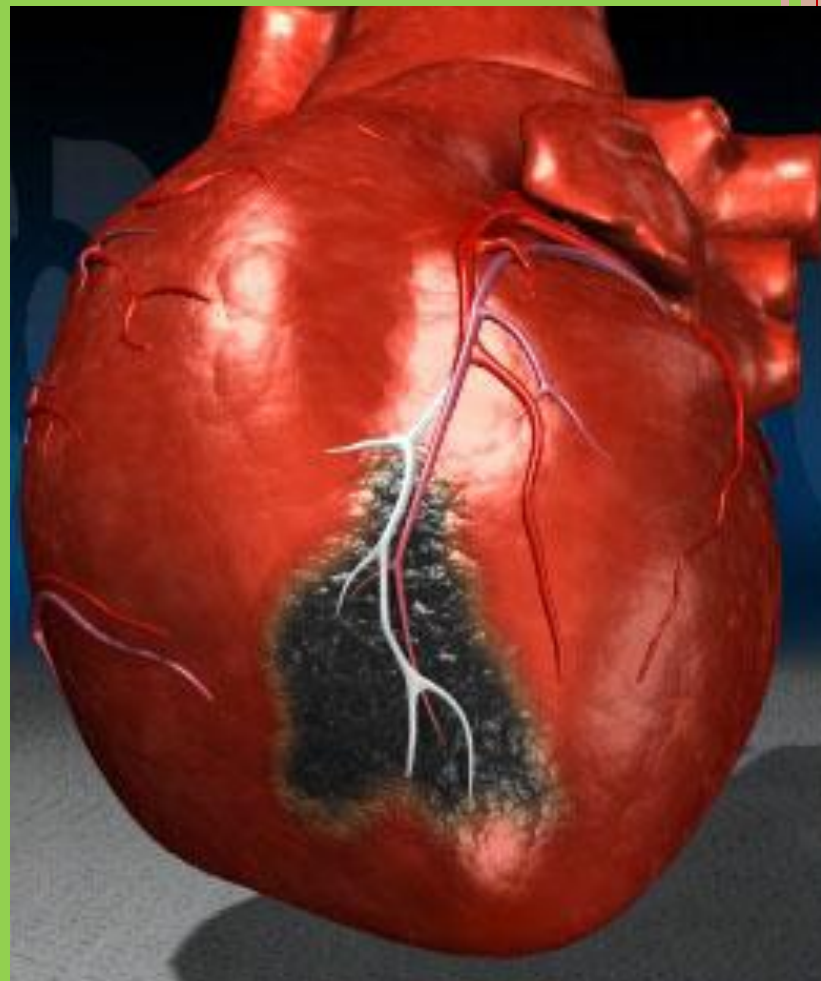


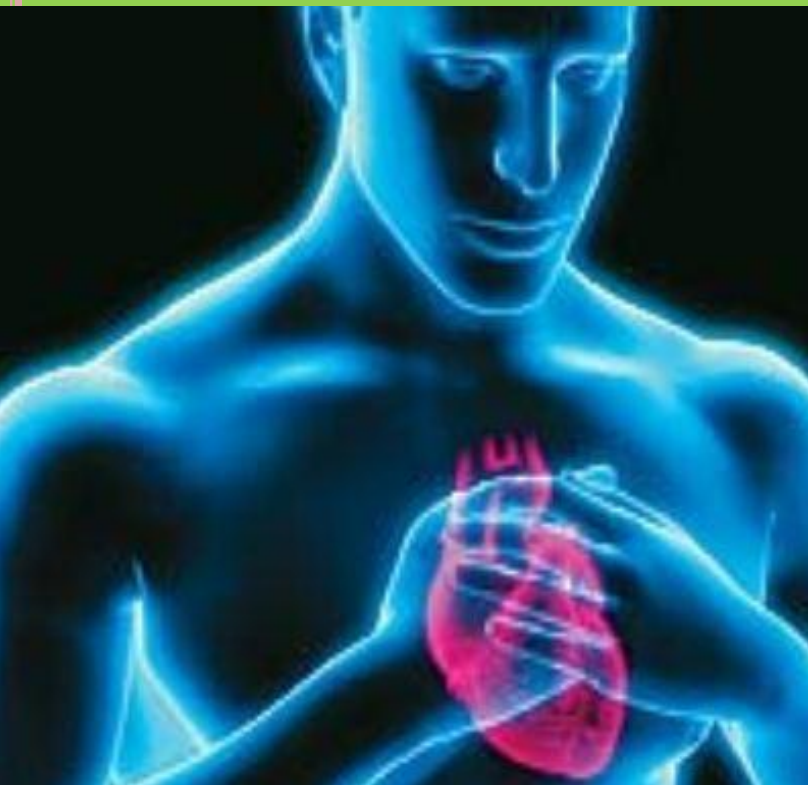
Элективный курс по биологии  
«Экология человека»

# *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

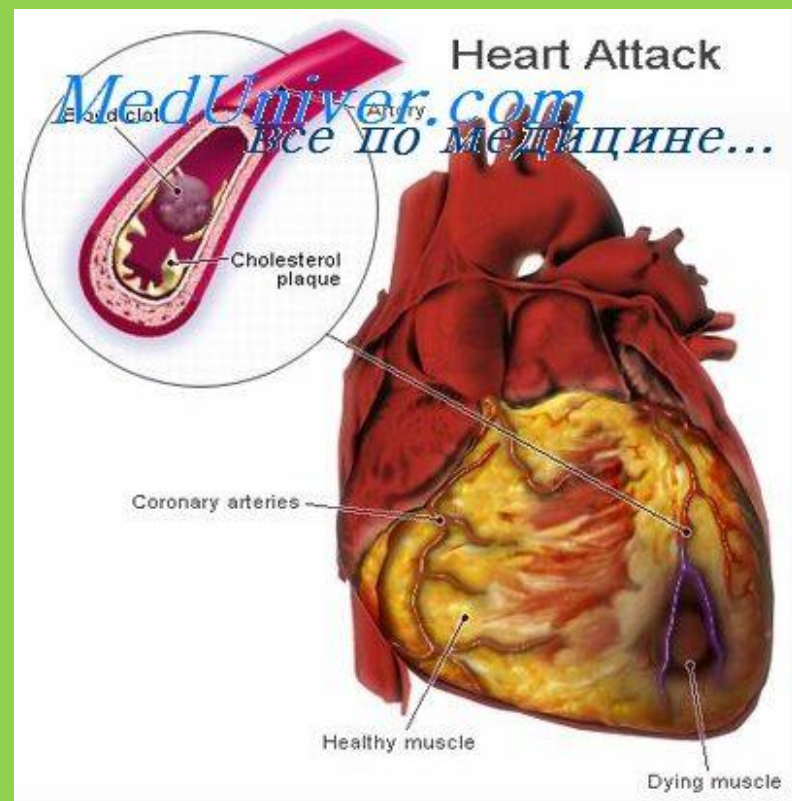




Поверьте, не даром о человеке, расстроившем своими словами или поступками, говорят "до инфаркта доведет". Эта поговорка отражает одну из особенностей инфаркта - его развитие могут спровоцировать сильные эмоциональные переживания и стресс. О том, насколько опасен инфаркт миокарда, красноречиво свидетельствуют 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.

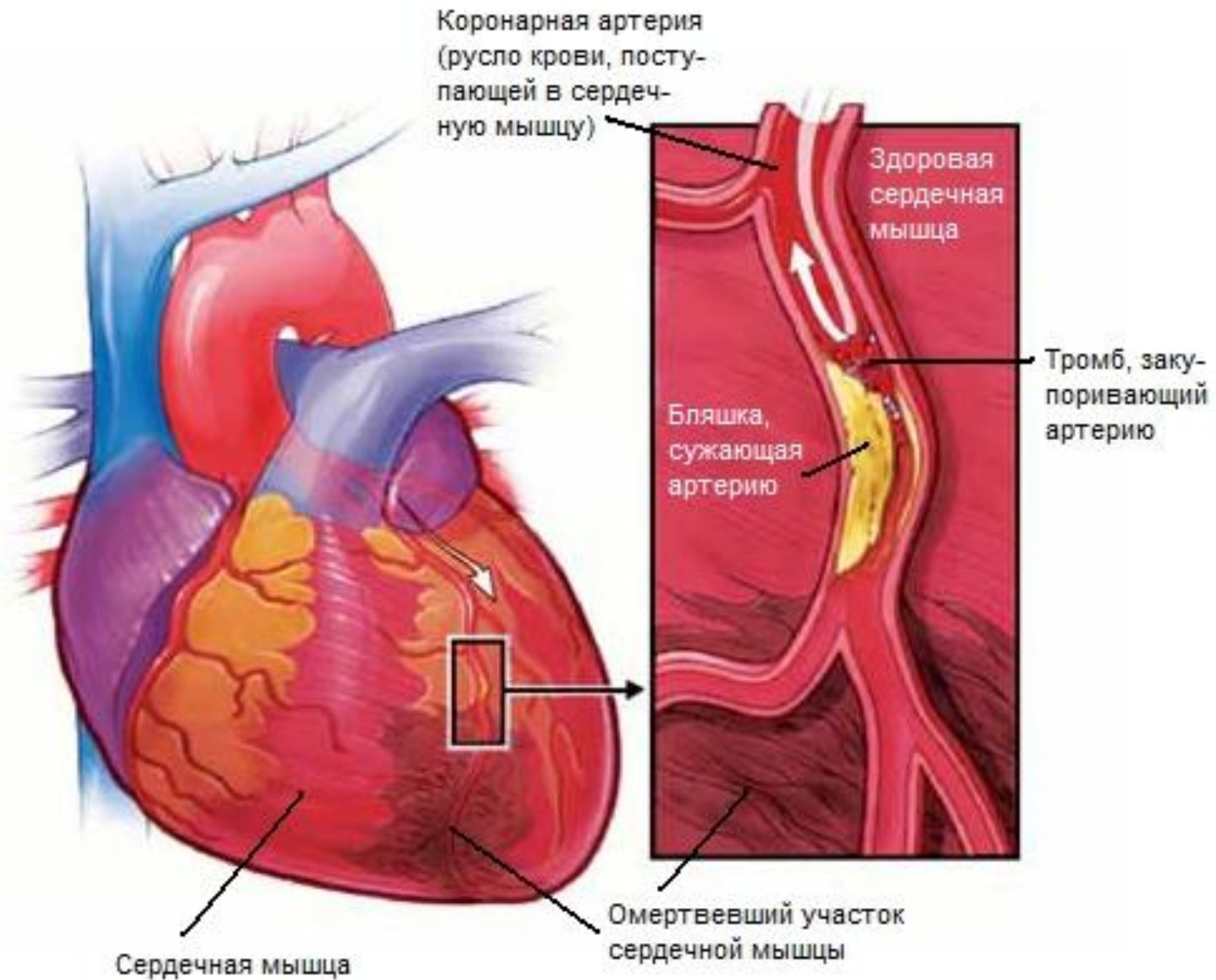
Да, случается и такое: человек перенес инфаркт, даже не заметив этого. Так называемая безболевая форма инфаркта миокарда чаще наблюдается у людей, страдающих сахарным диабетом.

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

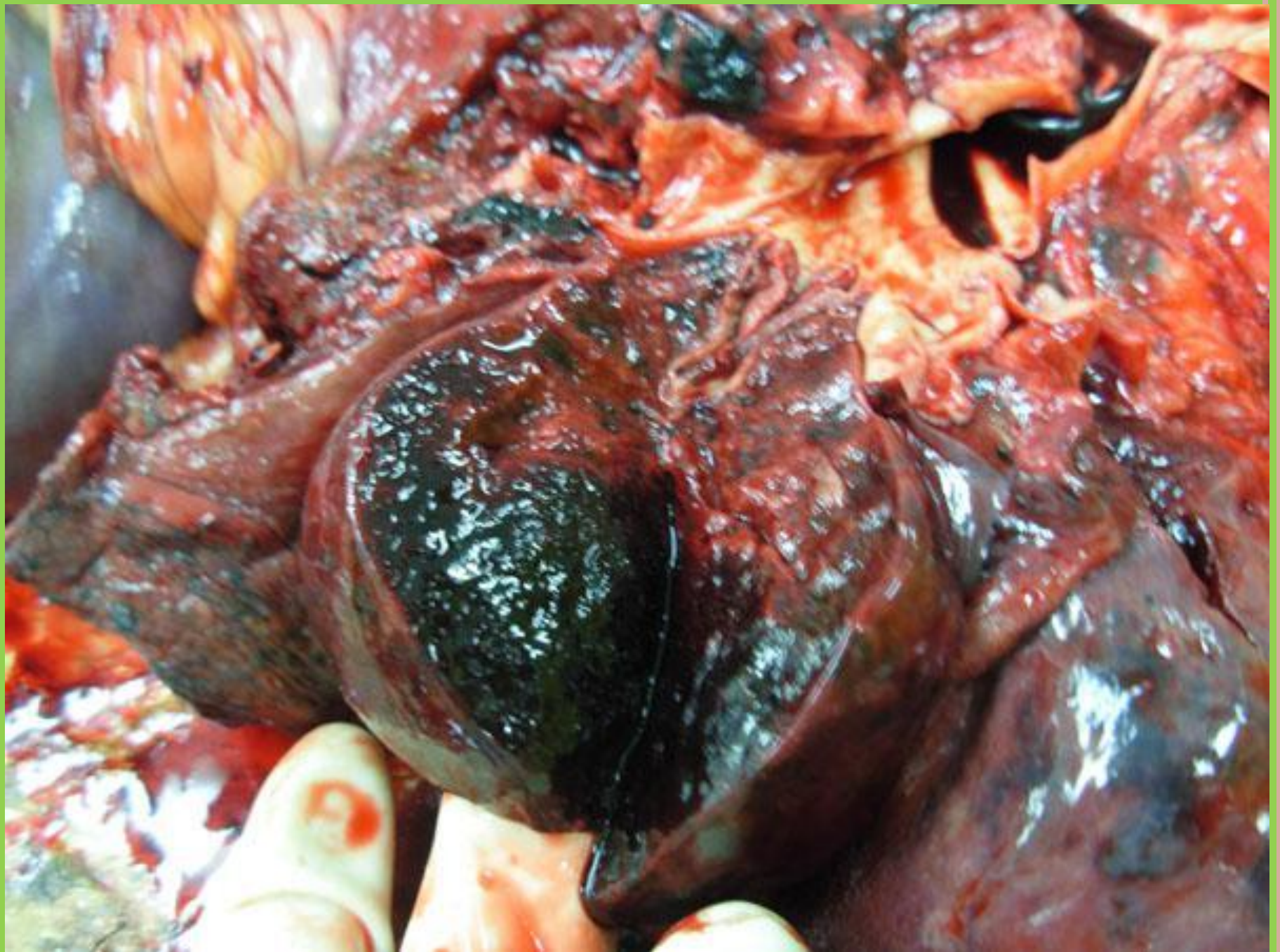
## Профилактика

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.**

