

Первая помощь до оказания медицинской помощи

ИНФАРКТ МИОКАРДА

Инфаркт миокарда (сердечный приступ) – форма болезни сердца, протекающая с развитием некроза участка миокарда, обусловленного абсолютной или относительной недостаточностью его кровоснабжения.

Инфаркт миокарда чаще всего развивается у мужчин в возрасте от 40 до 60 лет.

У женщин симптомы инфаркта встречаются примерно в 1,5-2 раза реже.

Риск смерти вследствие инфаркта миокарда наиболее вероятен в первые 2 часа от его начала, если не будет своевременно оказана специализированная медицинская помощь.

Инфаркт миокарда, первая помощь при котором должна быть оказана в первые же минуты проявления симптомов, указывающих на данное состояние, может впоследствии определить положительный исход для этого заболевания.

НА СЕГОДНЯШНИЙ ДЕНЬ ИНФАРКТ МИОКАРДА ОСТАЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ ОСНОВНЫХ ПРИЧИН СМЕРТНОСТИ ОТ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

ПРИЧИНЫ ИНФАРКТА МИОКАРДА

Факторы, способствующие появлению инфаркта:

- стрессы, депрессии и неврозы;
- неправильное питание, переедание;
- малоподвижный образ жизни, лишний вес;
- вредные привычки (курение, в том числе – пассивное курение, алкоголизм, наркомания);
- повышенный уровень холестерина в крови;
- сахарный диабет;
- гипертоническая болезнь;
- гормональные нарушения (в частности, недостаток гормонов щитовидной железы);
- стафилококковые и стрептококковые инфекции;
- ревматизм сердца;
- чрезмерные физические нагрузки.

СИМПТОМЫ (ПРИЗНАКИ) ИНФАРКТА МИОКАРДА

Признаки, свидетельствующие о сердечной недостаточности, способной привести к инфаркту:

- храп, апноэ;
- отеки ног, ступней и кистей рук;
- кровоточивость десен, пародонтоз;
- аритмии;
- боли в левом плече;
- одышка, особенно после физических нагрузок;
- частые головные боли;
- частые ночные мочеиспускания.

Первые основные признаки инфаркта:

1) **Колющая боль за грудной клеткой** является одним из первых признаков инфаркта. Эта боль очень резкая и похожа на удар ножа (кинжала). Может длиться более 30 минут, иногда часами. Боль способна отдавать в челюсть, шею, руку, спину и область лопаток. Она может быть не только постоянной, но и перемежающейся.

2) **Страх смерти.** Это неприятное ощущение на самом деле не такой плохой признак, так как свидетельствует о нормальном тоне центральной нервной системы.

Первая помощь до оказания медицинской помощи

3) **Одышка, бледность (вплоть до землистого цвета лица и синюшности губ), обморочное состояние, холодный липкий пот.**

4) **Отсутствие уменьшения или прекращения боли** в состоянии покоя или при приеме нитроглицерина (даже повторном).

Далеко не всегда болезнь проявляется такой классической картиной.

Нетипичные симптомы инфаркта миокарда:

➤ вместо болей в груди человек может ощущать простой дискомфорт и перебои в работе сердца;

➤ боль может отсутствовать вообще, зато может присутствовать боль в животе, симптомы изжоги и затруднённое дыхание (одышка).

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФАРКТЕ МИОКАРДА

При наличии признаков инфаркта миокарда:

1) пострадавшего следует уложить таким образом, чтобы верхняя часть туловища была немного выше нижней, что позволит снизить нагрузку на сердце. Следует расстегнуть или снять стесняющую одежду и обеспечить приток свежего воздуха, чтобы избежать приступов удушья;

2) при появлении острых болевых ощущений в области сердца пострадавший непринуждённо затаивает дыхание, что в данной ситуации губительно. Пострадавшего необходимо убедить дышать в учащённом режиме;

3) срочно вызвать дежурную бригаду службы скорой медицинской помощи;

4) до ее приезда пострадавшему принять таблетки нитроглицерина в дозировке 0,5 мг с 15-минутным интервалом, но не более трех раз (во избежание резкого падения давления). Нитроглицерин можно принимать только при нормальных показателях давления, при низком артериальном давлении он противопоказан;

5) стоит разжевать таблетку аспирина дозировкой 150-250 мг;

6) рекомендуется принять седативные средства – валидол или корвалол;

7) рекомендуется тёплое подслащённое обильное питьё.

При отсутствии пульса, дыхания и сознания пострадавшего следует уложить на пол и приступить к искусственной вентиляции лёгких (искусственное дыхание).

ПРИ ИНФАРКТЕ МИОКАРДА НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА – КАТЕГОРИЧЕСКИ ПРОТИВОПОКАЗАН

ПРОФИЛАКТИКА ИНФАРКТА МИОКАРДА

Строго соблюдать режим труда и отдыха, рекомендуются умеренные физические нагрузки.

Избегать длительных стрессовых состояний, быть по жизни оптимистом.

Следует отказаться от курения, наркотиков, чрезмерного употребления алкоголя. Например, курильщики умирают от сердечных приступов в два раза чаще.

Если обнаружится, что холестерин выше нормы, то лучше ограничить животные жиры, которых много в сливочном масле, яичном желтке, сыре, сале, печени.

Отдавать предпочтение овощам и фруктам, молочным продуктам. Очень полезны рыба и морепродукты.

Систематически следить за уровнем артериального давления, так как превышение его уровня над рабочим способствует развитию инфаркта (уровень рабочего давления у каждого человека индивидуален), борясь с гипертонией, можно предупредить инфаркт.

Избыточный вес увеличивает нагрузку на сердце.