

## **Сердечные болезни - как лечение может помочь Heart Disease – how treatments can help**

По здоровым артериям идет постоянный приток крови к сердцу. Без этой крови сердце не может нормально работать. Но иногда артерии становятся слишком узкими, и это может привести к сердечным болезням.

### **Почему артерии сужаются?**

С течением времени на внутренних стенках артерий накапливается жирное вещество, образующее бляшки, что ведет к закупорке артерий и сокращению притока крови к сердцу.

### **Что происходит при сужении артерий?**

Это может привести к стенокардии и сердечному приступу.

- Стенокардия возникает тогда, когда в сердце поступает недостаточно крови. В числе симптомов: давление в груди, стеснение в груди и боль в руке, а иногда также и повышенное потение и тошнота. Эти признаки означают, что, может быть, что-то не в порядке с сердцем и вам нужна срочная медицинская помощь. Стенокардия - это не то же самое, что сердечный приступ, но она может повысить вероятность сердечного приступа.
- Сердечный приступ происходит тогда, когда в уже суженной артерии с бляшками образовывается тромб, и это прекращает доступ крови к сердцу. Если приток крови прекращается на продолжительное время, это может привести к необратимому повреждению сердца. Чем быстрее человек с сердечным приступом попадает в больницу, тем меньше вероятность повреждения сердечной мышцы.

### **Как насчет лечения?**

Больничное лечение может прочистить закупоренные артерии. Чем быстрее прочищена артерия, тем меньше повреждение сердца. Врач направит вас на специальный рентген (ангиограмму), чтобы определить, насколько сильно и где закупорены артерии. После этого врач сможет назначить вам лечение. Некоторым больным стенокардией может оказаться достаточно принимать лекарства. Но если у вас был сердечный приступ, вам нужны будут не только лекарства, но и реконструкция сосудов или хирургическое вмешательство.

### **Лекарства**

- могут способствовать исчезновению тромбов, блокирующих артерии;
- могут разжижать кровь, тем самым снижая вероятность сердечного приступа или инсульта;
- могут понизить высокое кровяное давление;
- могут понизить уровень холестерина, который является одной из причин закупорки артерий;
- могут снять симптомы стенокардии;
- могут залечить поврежденную сердечную мышцу.

## **Реконструкция сосудов**

Эта простая операция улучшает приток крови к сердцу путем расширения артерий. Это может быть сделано под местным наркозом, и для этого нужно совсем недолго пробыть в больнице. Врач расширяет артерию путем введения в закупоренную артерию специального воздушного шарика. После того, как воздушный шарик попадает в артерию, врач его надувает и затем вынимает. Это расширяет артерию. Затем доктор вставляет в расширенную артерию металлическую трубку (называющуюся "стент"), и эта трубка остается в артерии, чтобы она не закупоривалась.

## **Обходная операция**

Эта операция создает обходной путь для крови, чтобы она попала к сердцу. Хирург "одалживает" другую артерию из тела оперируемого (из груди, ноги или руки). Затем эта здоровая артерия присоединяется к закупоренной артерии, чтобы в обход артериальной пробки кровь могла поступать в сердце. Эта операция делается под общим наркозом, и в больнице при этом надо лежать дольше. Эта операция, так же, как и реконструкция сосудов, обычно безопасна и успешна.

## **Что еще важно?**

Здоровые привычки. Закупоривание артерий обычно вызывается вещами, которые мы можем контролировать, например, курение, диета и малоподвижность. Важно:

- бросить курить. Курение приводит к повреждению и ослаблению стенок артерий;
- избегать вредных насыщенных жиров, содержащихся в жирном мясе, цельномолочных продуктах, масле, сале, твердом кулинарном жире, кокосовом молоке, жареной "быстрой" пище и многих видах покупного печенья, тортов и пирогов;
- Больше двигайтесь. Регулярные физические упражнения, например, ходьба, полезны для сердца. Если у вас был сердечный приступ, врач может направить вас в специальную группу, где вас научат, как надо делать упражнения и следить за сердцем.

Если у вас трудности с английским языком, и для того, чтобы позвонить, вам нужна помощь, обращайтесь в Службу устного и письменного перевода по телефону 131 450.

Дополнительную информацию на русском языке можно найти в вебсайте Multicultural Communication по адресу <<http://mhcs.health.nsw.gov.au>>

Телефоны действительны на момент публикации, но регулярная их проверка не проводится, так что вам может понадобиться проверить номера по телефонной книге.