

Серцевий напад

Вступ

Серце — це м'яз, якому для виживання потрібен кисень. Серцевий напад — це стан, який виникає, коли Ваше серце не отримує достатньо кисню. Коли це стається, серцевий м'яз починає відмирати. Це може спричинити незворотні пошкодження, якщо не почати лікування негайно. Серцевий напад потребує невідкладної медичної допомоги.

Його також називають інфарктом міокарда або ІМ. Він також відомий як гострий коронарний синдром (ГКС). ГКС — це термін, який використовується для опису групи захворювань, які впливають на приплив крові до серця.

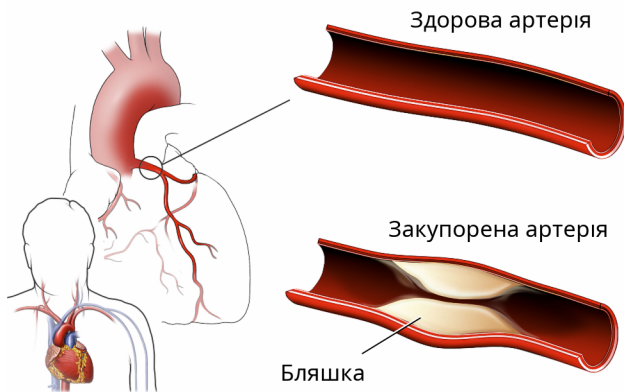
Які причини?

Це захворювання може бути спричинено:

- Атеросклерозом. Це відбувається, коли жирова речовина, яка називається бляшкою, накопичується в артеріях і блокує або зменшує кровопостачання серця.
- Тромбом. Тромб може утворитися раптово, коли бляшка розщеплюється в артерії та блокує приплив крові до серця.
- Аномальним серцебиттям (*аритмією*).
- Захворюваннями, що викликають зниження рівня кисню в серці, такі як анемія або дихальна недостатність.
- Спазмом або сильним звуженням кровоносної судини, яка перекриває потік крові до серця.
- Розривом коронарної артерії (*спонтанним розшаруванням коронарної артерії*).

Інші причини можуть включати:

- Вживання таких наркотиків, як кокаїн або метамфетамін.
- Низький артеріальний тиск (*гіпотензія*).



Що підвищує ризик?

Наступні фактори можуть підвищити ймовірність розвитку цього захворювання:

- Старіння. Ризик серцевого нападу збільшується з віком.
- Наявність в особистому або сімейному анамнезі болю в грудях, інфаркту, інсульту або звуження артерій в ногах, руках, голові або шлунку (*захворювання периферичних судин*).
- Застосування препаратів хіміотерапії або імунодепресантів.
- Чоловіча стать.
- Надмірна вага або ожиріння.
- Наявність будь-якої з цих станів:
 - Високий артеріальний тиск.
 - Високий рівень холестерину (*гіперхолестеринемія*).
 - Діабет.
- Спосіб життя, що включає:
 - Вживання надмірної кількості алкоголю.
 - Нерегулярне виконання фізичних вправ.
 - Куріння.

Які ознаки або симптоми?

Симптоми цього захворювання можуть відрізнятися залежно від таких факторів, як стать і вік. До симптомів можуть належати:

- Біль у грудях. Ви можете відчувати:
 - Стиснення або здавлювання.
 - Скутість, тиск, наповненість або важкість.
- Біль у руці, шиї, щелепі, спині або верхній частині тіла.
- Печія або розлад шлунку.
- Задишка.
- Нудота.
- Раптовий холодний піт.
- Раптове запаморочення, головокружіння або втрата свідомості.
- Відчуття втоми (*підвищена втомлюваність*).

Як це діагностується?

Цей стан може бути діагностований за допомогою:

- Візуалізаційних обстежень, зокрема:
 - Електрокардіограми (ЕКГ) для вимірювання електричної активності Вашого серця.
 - КТ.
 - Коронарної ангіографії. Для цього обстеження контрастна речовина вводиться в серцеві артерії, і роблять рентгенівські знімки.
 - Ехокардіограми. Це обстеження, під час якого для отримання детальних зображень серця використовують звукові хвилі.
- Аналізів крові для перевірки серцевих маркерів. Ці хімічні речовини виділяються пошкодженим серцевим м'язом. Ці обстеження можуть проводити повторно через певні проміжки часу.

Як це лікується?

Серцевий напад потрібно лікувати якомога швидше. Лікування може включати:

- Лікарські препарати для:
 - Розщеплення або розчинення тромбів (*фібринолітична терапія*).
 - Розрідження крові та запобігання утворенню тромбів.
 - Лікування артеріального тиску.
 - Покращення кровотоку до серця, наприклад, нітрогліцерин.
 - Зменшення болю.
 - Зниження рівня холестерину, наприклад статини.
- Ангіопластику та встановлення стента. Це процедури для розширення закупореної артерії та збереження її відкритою.
- Аортокоронарне шунтування (АКШ) або операцію на відкритому серці. Це дозволяє крові надходити до серця, обходячи закупорену частину артерії.
- Кардіореабілітацію. Це покращує Ваше здоров'я та самопочуття за допомогою фізичних вправ, навчання та консультацій.



Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

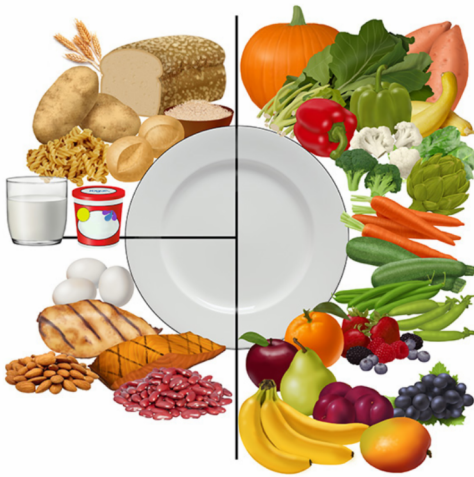
Лікарські препарати

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише відповідно до вказівок Вашого лікаря.
- **Не** приймайте такі лікарські препарати, поки Ваш лікар не дозволить:
 - НПЗП, такі як ібупрофен, напроксен або целекоксиб.
 - Будь-які вітаміни або харчові добавки.

- Замісна гормональна терапія, що містить естроген з прогестином або без нього.
- Якщо Ви приймаєте засоби для розрідження крові:
 - Перш ніж приймати будь-які препарати, що містять аспірин, проконсультуйтеся зі своїм лікарем. Ці лікарські препарати підвищують ризик виникнення небезпечної кровотечі.
 - Приймайте лікарські препарати точно згідно з інструкціями, в один і той самий час щодня.
 - Уникайте дій, які можуть призвести до травмування або утворення синців, а також дотримуйтесь інструкцій, як запобігти падінню.
 - Носіть медичний браслет або картку, де зазначено, які лікарські препарати Ви приймаєте.

Спосіб життя

- **Не** використовуйте продукти, що містять нікотин або тютюн. Ці продукти включають сигарети, жувальний тютюн і пристрої для вейпінгу, такі як електронні сигарети. Якщо Вам потрібна допомога, щоб кинути палити, зверніться до свого лікаря.
- Уникайте пасивного куріння.
- Регулярно виконуйте фізичні вправи. Запитайте свого лікаря про участь у програмі кардіореабілітації, яка допоможе Вам безпечно почати виконувати фізичні вправи після серцевого нападу.
- Дотримуйтеся корисної для серця дієти. Ваш лікар підкаже Вам, які продукти слід їсти.
- Підтримуйте нормальну вагу.
- Дізнайтесь про способи впоратися зі стресом.
- **Не** використовуйте заборонені препарати.



Вживання алкоголю

- **Не** вживайте алкоголь, якщо:
 - Ваш лікар каже Вам не робити цього.
 - Ви вагітні, можете бути вагітною або плануєте завагітніти.
- Якщо Ви вживаєте алкоголь:
 - Обмежте кількість, яку Ви вживаєте:
 - 0-1 напій на день для жінок.
 - 0-2 напої на день для чоловіків.
 - Пам'ятайте про кількість алкоголю у Вашому напої.

Загальні інструкції

- Проконсультуйтеся зі своїм лікарем щодо контролю будь-яких інших захворювань, які у Вас є, таких як високий артеріальний тиск або цукровий діабет. Ці захворювання впливають на Ваше серце.
- Пройдіть обстеження на депресію та, якщо необхідно, зверніться за лікуванням.
- Дотримуйтеся графіку вакцинації. Робіть вакцину проти грипу щороку.
- Приходьте на всі візити подальшого спостереження. Це важливо.

Зверніться до лікаря, якщо:

- Ви відчуваєтеся перевантаженим або сумним.
- Вам важко займатися повсякденною діяльністю.
- Ви раптово відчуваєте запаморочення або головокружіння.

Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Ви відчуваєте раптовий, незрозумілий дискомфорт у грудях, руках, спині, шиї, щелепі або верхній частині тіла.
- У Вас задишка.
- Ви раптово починаєте пітніти або Ваша шкіра стає липкою.
- Ви відчуваєте нудоту або блювання.
- Ви відчуваєте незрозумілу втому або слабкість.
- Ви помічаєте, що Ваше серце починає битися швидше або відчуваєте, що воно ніби пропускає удари.
- У Вас артеріальний тиск вище 180/120.

Ці симптоми можуть свідчити про серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної допомоги. Не їдьте самі у лікарню.

Підсумок

- Серцевий напад, який також називається інфарктом міокарда, — це стан, який виникає, коли Ваше серце не отримує достатньо кисню. Він спричинений чимось, що блокує або зменшує приплив крові до серцевого м'яза.
- Лікування полягає в поєднанні лікарських препаратів та хірургічних втручань, якщо необхідно, для відкриття закупорених артерій та відновлення кровотоку до серця.
- Серцевий напад потребує невідкладної медичної допомоги. Негайно зверніться по допомогу, якщо у Вас раптово виникне дискомфорт у грудній клітці, руках, спині, шиї, щелепі або верхній частині тіла. Зверніться по допомогу, якщо Ви відчуваєте нудоту, блювання або Ваше серце починає битися швидше або відчуваєте, що воно ніби пропускає удари.