



О ЧЕМ БОЛИТ СЕРДЦЕ?

2015 ГОД ОБЪЯВЛЕН НАЦИОНАЛЬНЫМ ГОДОМ БОРЬБЫ С СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ. Половина всех летальных исходов россиян приходится на эту категорию болезней. О симптомах болезней сердца, методах лечения, профилактических мерах и о работе врачей-кардиологов мы побеседовали с заведующим отделением кардиологии ОГАУЗ «Томская областная клиническая больница», к.м.н. Сергеем Антиповым.

Мировая тенденция

– Сергей Иванович, чем обусловлена печальная цифра такой высокой смертности?

– Сердечно-сосудистые заболевания – это ишемическая болезнь сердца, болезни сосудов головного мозга, болезни периферических артерий, то есть целая группа заболеваний, проявляющихся в нарушении нормального функционирования сердца и кровеносных сосудов. В возрасте до 45-50 лет этим заболеваниям более подвержены мужчины, потому что женщины защищены гормонами, а эстрогены оказывают свой антиатеросклеротический эффект. После 55-60 лет в гендерном смысле этот процесс начинает уравниваться, а в более возрастной категории число болеющих женщин даже выше из-за более низкой средней продолжительности жизни мужчин. Сердечно-сосудистые заболевания – это мировая тенденция. Население на планете стареет, и проблема становится актуальнее.

– Все чаще появляются известия о внезапной смерти футболиста на поле, биатлониста на лыжне или просто

неизвестного, но родного молодого человека, который умер внезапно. Почему гибнут молодые, внешне здоровые люди?

– Внезапная смерть наступает как бы посреди полного благополучия, но оно только кажущееся. Человек может не знать и не чувствовать проблемы, однако при внимательном исследовании патологию можно найти всегда. В любом случае в организме присутствует не критичная, но определенная степень сужения коронарных артерий. Под влиянием причин, до сих пор до конца не известных, начинается формирование сгусток крови – тромб. Он растет лавинообразно и в один совсем не прекрасный момент полностью заслоняет собой просвет артерии. Значительный участок сердца мгновенно остается без кровоснабжения. Надо сказать, что с возрастом у человека развивается коллатеральное кровоснабжение, при котором образуются обходные ветви кровеносных сосудов, а у молодых оно еще не сформировано. Значительная часть сердечной мышцы мгновенно выключается из кровообращения. Тромб сформировался – кровоток прекратился – ишемизированные клетки сгенирировали аритмию – человек умирает, хотя при этом инфаркт еще не успел развиться.

Кирпич на груди

– Тема грустная, но врага надо знать в лицо. Расскажите, пожалуйста, о самых распространенных сердечно-сосуди-

стых заболеваниях и их симптомах.

– Чрезвычайно распространена артериальная гипертензия – серьезное заболевание, повышающее риск сердечных приступов и инсультов. В артериях взрослого человека во время сокращения сердца давление составляет 120-140 мм рт.ст., а во время его расширения оно падает до 80-90 мм рт.ст. Сейчас в кардиоотделении ОКБ проходит обследование и лечение большое количество молодых людей. На призывных медкомиссиях им выявляют тяжелую гипертензию, и порой цифры их артериального давления приближаются к 200 мм рт.ст. Повышение артериального давления может не сопровождаться никакими симптомами и выявляться случайно, при измерении артериального давления. В некоторых случаях возможно появление головной боли, головокружения, мелькания мушек перед глазами.

В первых рядах распространенности находится также ишемическая болезнь сердца. Это болезнь сосудов, снабжающих сердце кровью. Инфаркт миокарда обусловлен суживанием просвета коронарной артерии, которое приводит к уменьшению тока крови к сердцу. Формы проявления бывают разные, в том числе и бессимптомные. Но насторожить должны боли давящего характера, как будто на грудь положили кирпич, одышка, сильное сердцебиение или перебои в работе сердца.

Наше отделение также специализируется на лечении тромбозов легочной артерии. Это

случается вследствие самых разнообразных причин, например, при ограничении подвижности, – нарушается ток крови в системе вен нижних конечностей. У здорового человека венозная кровь из нижних конечностей по системе вен впадает в правое предсердие, затем в правый желудочек сердца, из которого кровь уходит в легочные капилляры, где обогащается кислородом и потом возвращается в левое предсердие. При наличии тромбов в системе вен она прямым током попадает в правый желудочек и потом в легочные капилляры, то есть сгустки крови перекрывают просвет легочных капилляров и легкие выключаются из кровотока. Болезнь проявляется выраженной одышкой, слабостью, может быть зафиксировано снижение артериального давления. Это грозное заболевание, при котором фиксируется высокий процент летального исхода. Однако существуют современные способы лечения – тромболитическое (введение препаратов, растворяющих тромбы внутри легочной артерии) или тромбэкстракция (удаление внутрисосудистых тромбов хирургическим путем), при этом удается добиться значительного улучшения состояния больных даже в самых тяжелых случаях.

Ангелы в белых халатах

– А какие еще новые методы лечения сегодня есть в отделении кардиологии ТОКБ?

– В 2013 году у нас появилась возможность проведения коронарной ангиографии – диагностики степени поражения коронарных артерий с помощью введения в них контрастного вещества и последующих за этим эндоваскулярных способов лечения. В прошлом году было проведено более 150 стентирований коронарных артерий, то есть 150 человек получили не таблетки и капельницы, а реальную высокотехнологичную квалифицированную помощь. У нас работает пятнадцать врачей, более двадцати медицинских сестер. Отделение рассчитано на шестьдесят шесть коек, шесть из которых – палата интенсивной терапии для пациентов с острыми инфарктами миокарда, тромбозами, острой декомпенсацией сердечной недостаточности, с которыми также работают врачи-анестезиологи. Специфика отделения в том, что в любой момент дня и ночи у пациента может внезапно произойти ухудшение на фоне относительно стабильного состояния. Медсестры хорошо владеют методами сердечно-легочной реанимации и могут оказать доврачебную помощь, включая непрямой массаж сердца и искусственное дыхание, ведь в нашем деле важна каждая секунда. Кардиологи у нас высококвалифицированные, несколько врачей высшей категории, работает талантливая молодежь. В 2014 году плановые пациенты, и большая их часть по направлению из районных больниц Томской области, составили 30 процентов. В порядке экстренной помощи отделение приняло 70 процентов госпитализированных больных. Несколько раз в месяц отделе-

ние кардиологии дежурит по городской «Скорой». В круглосуточном режиме в зоне нашей ответственности находятся все кардиологические ситуации в Томской области, включая санитарную авиацию. Врачи-кардиологи дежурят в приемном покое круглосуточно. Кроме того, они также оказывают консультативную помощь по всей областной клинической больнице. В день это может быть пять-шесть консультаций по разнообразным причинам. ОКБ – стационар, насчитывающий более 1000 коек, и многие возрастные пациенты других отделений обращают на себя внимание кардиологов.

Курить бросим, яд в папиресе

– Что нужно делать для того, чтобы не оказаться на больничной койке?

– В первую очередь, вести здоровый образ жизни. Существуют немодифицируемые факторы риска, например, наследственность и возраст, которые исправить невозможно. Но есть модифицируемые – курение, избыточная масса тела, малоподвижный образ жизни. В развитие неблагоприятного исхода курение вносит вклад, равнозначный сахарному диабету. Если человек заинтересован в своем здоровье, он должен избавляться от этих факторов.

После 40 лет любой человек должен проверить свой уровень холестерина, то есть сдать анализ на липидный спектр крови. Если цифры повышенные, необходимо обратиться к специалисту, возможно, он сначала просто порекомендует диету. Есть определенные медикаментозные препараты, прием которых достаточно эффективно снижает уровень «вредного» холестерина. Необходимо следить за своими цифрами артериального давления и в случае систематического превышения «140 на 90» обратиться к врачу.

Трудно уберечься совсем, но надо стараться минимизировать стрессы, при которых, как правило, возникает тахикардия и сужение артерий. Неблагоприятное воздействие на сосудистый тонус оказывает алкоголь, вызывающий, во-первых, фактор гипертензии, во-вторых, систематический прием алкоголя – это прием яда, влияющего на сердечную мышцу, есть даже такой термин: алкогольная болезнь сердца. Что касается бани и сауны, то все хорошо в разумных пределах. Аспирин остается единственным из антитромботических препаратов, который в настоящее время используется в целях первичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Если положительная роль аспирина при вторичной профилактике сосудистых событий очевидна, то его назначение при первичной профилактике пациентам с более низким риском сосудистых осложнений требует соотношения пользы и риска от проведения подобной терапии. Применение аспирина может сопровождаться развитием осложнений, что также должно учитываться врачами. В целом, никакой самодеятельности в лечении быть не должно. Сердце – это очень серьезно!