

# ВНИМАНИЕ: СЕРДЦЕ



## СТЕНОКАРДИЯ НАПРЯЖЕНИЯ

– это несоответствие между повышенной потребностью миокарда в кислороде, вызванной любой физической или психоэмоциональной нагрузкой, и возможностью его доставки.

### ХАРАКТЕРНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ СТЕНОКАРДИИ НАПРЯЖЕНИЯ

- Боль, которая возникает на фоне (ходьба, бег, подъём тяжестей, еда, отрицательные психоэмоциональные переживания, холодная и ветреная погода).
- Боль ощущается как жжение, давление за грудиной и/или в левой половине грудной клетки.
- Боль может иррадиировать в руку, под лопатку, нижнюю челюсть или шею слева.
- Реже боль может носить атипичный характер (боль в животе, чувство нехватки воздуха).

Приступ стенокардии купируется прекращением нагрузки, вызывающей боли, и/или приёмом нитроглицерина/нитроспрея под язык.

### ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПРИСТУПЕ СТЕНОКАРДИИ:

- Прекратить любую нагрузку (физическую, эмоциональную).
- Сесть или принять горизонтальное положение.
- Мужчинам ослабить ремень, галстук. Женщинам – расстегнуть бюстгальтер.
- Обеспечить доступ свежего воздуха.
- Принять 1 таблетку нитроглицерина под язык или дозу нитроспрея. Если боль не проходит в течение 2-3 минут, повторите приём препарата ещё раз. Разжуйте 1 таблетку аспирина.
- Если после 2-го приёма нитроглицерина боль не проходит через 10 минут, **немедленно вызвать врача скорой помощи.**

# ИНСУЛЬТ



## ХАРАКТЕРНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ ИНСУЛЬТА

- внезапная слабость и онемение в руке на одной стороне тела;
- внезапное помутнение сознания, проблемы с речью, с пониманием речи;
- внезапная потеря зрения в одном или обоих глазах;
- внезапное нарушение походки, головокружение, потеря равновесия или координации;
- внезапная сильная головная боль по неизвестной причине.

### ЕСЛИ ВЫ У КОГО-ТО ЗАПОДОЗРИЛИ ИНСУЛЬТ

- попросить пострадавшего улыбнуться. При инсульте улыбка будет кривая – одна сторона тела не слушается, уголок губ опускается вниз, а не поднимается вверх;
- попросите пострадавшего представиться или сказать простое предложение. При инсульте человек говорит медленно, запинаясь, как пьяный;
- попросите поднять руки. В данной ситуации руки сложно поднять на одну высоту, рука с

пораженной части всегда ниже;

- попросите пострадавшего высунуть язык. В данном случае он отклонен в сторону и несимметричной формы либо западет на одну сторону.

### ТАКЖЕ МОГУТ НАБЛЮДАТЬСЯ ТАКИЕ ПРИЗНАКИ И СИМПТОМЫ:

- нарушение сознания (оглушенность или полная потеря);
- нарушение слуха;
- изменение ритма, частоты и глубины дыхания, а в тяжелых случаях – возможна остановка дыхания;
- резкое снижение давления, учащение частоты сердечных сокращений, возможна остановка сердцебиения;
- непонимание обращенной речи;
- вероятно непроизвольное мочеиспускание или дефекация;
- асимметрия лица;
- частичный или полный паралич конечностей, судороги.

## ПЕРВАЯ И НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНСУЛЬТЕ

В случае, когда все признаки соответствуют вышеперечисленным, постарайтесь как можно скорее вызвать скорую. Время, за которое можно восстановить кровоток в артерии после ишемического инсульта и остановить гибель клеток головного мозга, – «терапевтическое окно» – 4 часа.

Больные с острым нарушением мозгового кровообращения должны быть немедленно госпитализированы в стационар.

**Но до прибытия врача необходимо незамедлительно принять самостоятельные меры:**

- уложите пострадавшего на высокие подушки, чтобы голова была приподнята;
- откройте окно, чтобы поступал свежий воздух;
- снимите или расстегните стесняющую одежду;
- при рвоте поверните голову пострадавшего на бок, чтобы рвотные массы не попали в дыхательные пути.

