



- Главная
- О нас
- Факторы риска
 - Физическая инертность
 - Высокий холестерин
 - Неправильное питание
 - Алкоголь
 - Курение
 - Фибрилляция предсердий
 - Ожирение
 - Высокое кровяное давление
 - Сахарный диабет
 - Стресс и депрессия
- Ресурсы
 - Подкаст
 - Блог
 - Видео
 - Полезные ссылки
 - Дополнительное чтение
 - Пресс-релизы

- [Новости](#)
- [🇷🇺 Русский](#)
 - [🇬🇧 English](#)
 - [🇵🇹 Português](#)
 - [🇷🇺 Русский](#)
 - [🇪🇸 Español](#)
 - [🇫🇷 Français](#)
 - [🇵🇱 Polski](#)

- [КОНТАКТЫ](#)
- [ДАРИТЬ](#)

[DONATE](#)

Может ли ваше сердце подвергать вас риску инсульта?



У некоторых людей наблюдается нарушение ритма сердца и учащенное

сердцебиение (известное как фибрилляция предсердий), что повышает вероятность возникновения у них инсульта. Это состояние часто связано с другими заболеваниями, которые влияют на сердце, такими как высокое кровяное давление, ишемическая болезнь сердца, поражение клапанов сердца, или же с тем, что сердце не функционирует должным образом (1).

Насколько распространено нарушение ритма сердца?

Приблизительно у 1 из каждых 200 человек в мире сердце бьется не в размеренном нормальном ритме. Это чаще встречается у пожилых людей, женщин и тех, у кого избыточный вес или наличие в семейном анамнезе заболеваний сердца. Согласно оценкам, у 25% людей в возрасте 40 лет и старше разовьется это состояние в течение жизни (1). В отчете «Бремя инсульта» предполагается, что в 2060 году общее число людей, страдающих фибрилляцией предсердий (ФП), возрастет до 17,9 млн человек (2).

Какие симптомы нарушения ритма сердца?

У некоторых людей отсутствуют какие-либо симптомы, и они не знают о своей болезни, пока она не будет обнаружена во время медицинского осмотра. Другие люди могут испытывать приступы сердцебиения (например, учащенного биения или трепетания сердца), одышку, боль в груди, сильную усталость, общую слабость, головокружение и спутанность сознания (3, 4).

Что вызывает нарушение ритма сердца?

Состояние, при котором сердце не бьется должным образом, может быть вызвано несколькими факторами. Это может быть просто результатом старости; стресса (5); курения; чрезмерного потребления алкоголя или кофеина. Некоторые ранее имевшиеся состояния также связаны с фибрилляцией предсердий, включая высокое кровяное давление; апноэ во сне (когда у человека во сне возникают продолжительные паузы в дыхании); острые инфекции (такие как пневмония); проблемы со щитовидной железой; или болезнь сердца, его повреждение или недостаточность (3, 5, 6, 7).

Как это может привести к инсульту?

Когда две верхние камеры сердца (предсердия) при работе не синхронизированы с двумя нижними камерами (желудочками), это вызывает нарушение ритма сердца (фибрилляцию предсердий), что может привести к образованию тромбов. Эти тромбы могут перемещаться в кровеносные сосуды головного мозга, вызывая инсульт (8). Согласно оценкам, наличие нарушения ритма сердца у человека повышает вероятность инсульта в 3–5 раз. Оно также связано с более тяжелыми инсультами, что приводит к более высокой вероятности смерти и инвалидности (2).

Как диагностируют и лечат нарушения ритма сердца?

Для проверки ритма сердца и электрической активности к коже прикрепляют датчики и регистрируют кривую электрической активности сердца. Это называется электрокардиограммой (ЭКГ). Если при этом обнаружат нарушение ритма сердца, Вам назначат лекарства и другие вмешательства, чтобы попытаться изменить его ритм (1, 8).

Если у вас были нарушения ритма в течение более 24 часов, риск инсульта выше, и вам может быть назначено лекарство, разжижающее кровь (антикоагулянт), такое как варфарин. Эти лекарственные препараты препятствуют образованию тромбов и их перемещению по сосудам в мозг, приводящему к инсульту (1, 8).

Можно ли предотвратить нарушение ритма сердца?

Терапия в виде перорального приема антикоагулянтов (приема внутрь препаратов, препятствующих свертыванию крови) в настоящее время рекомендуется в качестве наиболее эффективной терапии для предотвращения инсульта, обусловленного ФП. Фактически антикоагулянты могут снизить риск инсульта на две трети или даже больше. К ним относятся антагонисты витамина К (АВК), которые влияют на то, как печень использует витамин К для регуляции свертываемости крови, и антикоагулянты — не антагонисты витамина К (НАВК), которые предотвращают свертывание

крови, действуя другим образом (9).

Наряду с приемом антикоагулянтных препаратов Вы можете вести здоровый образ жизни, чтобы снизить вероятность развития нарушения ритма сердца, которое является известным фактором риска возникновения инсульта. Здоровый образ жизни включает в себя правильное питание с большим количеством фруктов и овощей, выполнение физических упражнений в течение минимум 30 минут в день и снижение потребления кофеина и алкоголя, а также уменьшение стресса (3).

Литература:

1. [Guideline] January CT, Wann LS, Alpert JS, et al, for the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Practice Guidelines. 2014 AHA/ACC/HRS guideline for the management of patients with atrial fibrillation: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Practice Guidelines and the Heart Rhythm Society. J Am Coll Cardiol. 2014 Dec 2. 64 (21): e1-76
2. <https://www.strokeeurope.eu/downloads/TheBurdenOfStrokeInEuropeReport.pdf>
3. Ferrari R, Bertini M, Blomstrom-Lundqvist C, et al. An update on atrial fibrillation in 2014: from pathophysiology to treatment. Int J Cardiol. 2016 Jan 15. 203: 22-9.
4. https://www.world-stroke.org/images/atrial_fibrillation_PS_web.pdf
5. Kirchhof P, Benussi S, Kotecha D, et al. 2016. 2016 ESC guidelines for the management of atrial fibrillation developed in collaboration with EACTS. European Heart Journal 37 (38): 2893-962
6. Mozaffarian D, Benjamin EJ, Go AS, et al, for the Writing Group Members, American Heart Association Statistics Committee., et al. Executive summary: heart disease and stroke statistics-2016 update: a report from the American Heart Association. Circulation. 2016 Jan 26. 133 (4): 447-54.
7. Lloyd-Jones DM, Wang TJ, Leip EP, et al. Lifetime risk for development of atrial fibrillation: the Framingham Heart Study. Circulation. 2004 Aug 31. 110 (9): 1042-6.
8. <https://www.stroke.org.uk/resources/atrial-fibrillation-af-and-stroke?gclid>

=CjwKCAjwkYDbBRB6EiwAR0T_-

nqY4WUM0ADdzhQq6GBKGn1Pvu6opS1hzVQrf_2nrc3-4mi0nvI1aBoC_34
QAvD_BwE

9. AF association, SAFE et al. Oral Anticoagulant Therapy Booklet
<https://www.heartrhythmalliance.org/afa/uk/booklets>

Разработано



SAFE сохраняет полный контроль за содержанием этого сайта.

Финансовая поддержка — образовательный грант от компании



Ссылки

- Условия использования
- Политика конфиденциальности
- Политика использования файлов cookie
- Контакты

- Facebook
- X
- RSS