

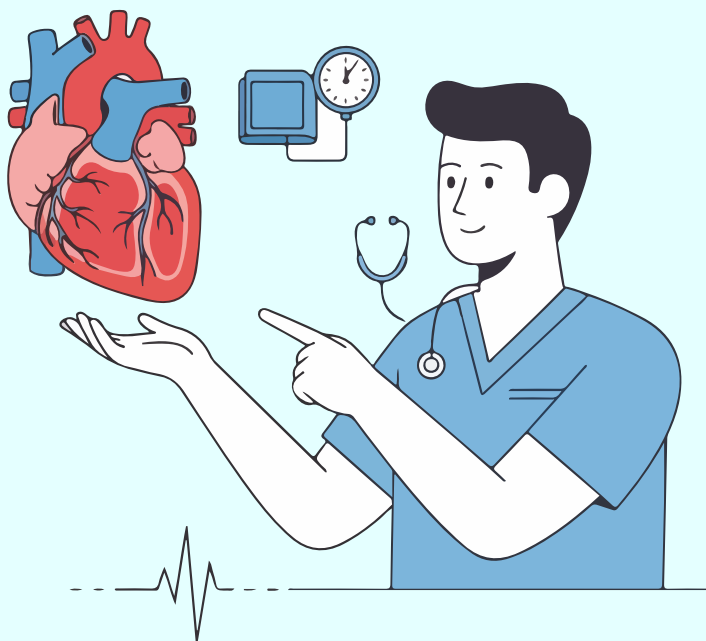


Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

**СЕРДЦЕ – ВАЖНЕЙШИЙ ОРГАН
ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО ТЕЛА,
ОТ ЕГО СОСТОЯНИЯ ЗАВИСИТ КАЧЕСТВО
И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ!**



К развитию врожденных или приобретённых пороков сердца приводят нарушения структуры клапанов сердца или изменения их функций. Это состояние возникает вследствие дефектов формирования или повреждения клапанного аппарата, влияющих на кровообращение.



Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

ФАКТОРЫ РИСКА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

**Вероятность развития болезней сердца
и сосудов увеличивают:**

- ❗ **Высокий уровень холестерина** - способствует образованию атеросклеротических бляшек.
- ❗ **Артериальная гипертензия** - увеличивает нагрузку на сердце и сосуды.
- ❗ **Сахарный диабет** - повышает риск сосудистых осложнений.
- ❗ **Курение и употребление алкоголя** наносят ущерб сердцу и сосудам.
- ❗ **Избыточный вес** усиливает нагрузку на организм.
- ❗ **Хронические стрессы и депрессии** - усиливают воспалительные процессы.
- ❗ **Малоподвижный образ жизни** - снижает выносливость организма.
- ❗ **Регулярный недостаток сна** - способен повышать артериальное давление, негативно сказываясь на здоровье сердечно-сосудистой системы.





Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

ПРИЧИНА ПРИОБРЕТЕННЫХ ПОРОКОВ СЕРДЦА – НЕСВОЕВРЕМЕННОЕ ВЫЯВЛЕНИЕ И КОРРЕКЦИЯ ТАКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ КАК:



ишемическая болезнь сердца (ИБС)



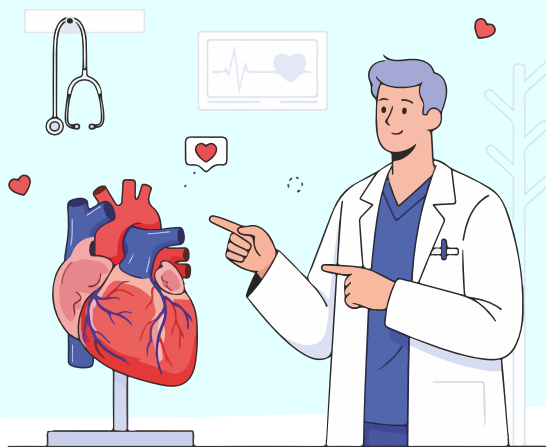
ревматизм



инфекционный эндокардит



атеросклероз





Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

**ИНФАРКТ МИОКАРДА –
ЭТО ФОРМА ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА,
ТРЕБУЮЩАЯ НЕМЕДЛЕННОЙ
МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ!**



В ЗОНЕ РИСКА:



мужчины в возрасте
после 55 лет

женщины
после менопаузы

При боли или жжении за грудиной, отдающей
в левую руку, под лопатку и в область шеи,
одышке, слабости, холодном поту

**НЕ НАДО ЖДАТЬ –
ВЫЗЫВАЙТЕ БРИГАДУ СКОРОЙ ПОМОЩИ**

☎ 03 ☎ 103 ☎ 112



Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

СЕРДЕЧНЫЕ ПРИСТУПЫ ЧАЩЕ СЛУЧАЮТСЯ ЗИМОЙ.

Из-за перепада температуры при выходе из теплого помещения происходит сужение сосудов и увеличивается нагрузка на сердце.



Профилактика «зимнего инфаркта»:



Одевайтесь теплее. Несколько тонких слоев одежды согревают лучше, чем один толстый слой. Носите шапку, шарф и перчатки, чтобы не было резкого охлаждения рук, головы и горла.



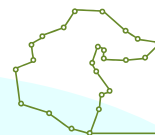
Не употребляйте алкоголь, чтобы согреться – это увеличивает нагрузку на сердце.



Соблюдайте рекомендации врача – принимайте лекарства даже на фоне хорошего самочувствия!

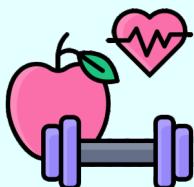


**Служба
здоровья**



**ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ**

ВАШЕ СЕРДЦЕ ЗАСЛУЖИВАЕТ ЗАБОТЫ КАЖДЫЙ ДЕНЬ!



*соблюдайте
здоровый образ жизни*



*регулярно проходите
профилактические осмотры
и диспансеризацию*

