

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СЕРДЕЧНОМ ПРИСТУПЕ.

Памятка для пациента



Признаки сердечного приступа (инфаркта миокарда)

- Внезапно (приступообразно) возникающие давящие, сжимающие, жгучие, ломящие боли в грудной клетке (за грудиной), продолжающиеся более 5 минут;
- Аналогичные боли часто наблюдаются в области левого плеча (предплечья), левой лопатки, левой половины шеи и нижней челюсти, обоих плеч, обеих рук, нижней части грудины вместе с верхней частью живота;
- Нехватка воздуха, одышка, резкая слабость, холодный пот, тошнота часто возникают вместе, иногда следуют за или предшествуют дискомфорту/болям в грудной клетке;
- Не редко указанные проявления болезни развиваются на фоне физической или психоэмоциональной нагрузки, но чаще с некоторым интервалом после них.

Нехарактерные признаки, которые часто путают с сердечным приступом:

- Колющие, режущие, пульсирующие, сверлящие, постоянные ноющие в течение многих часов и не меняющие своей интенсивности боли в области сердца или в конкретной четко очерченной области грудной клетки.

Алгоритм неотложных действий:



ВНИМАНИЕ! Больному с сердечным приступом категорически запрещается:

- Вставать, ходить, курить и принимать пищу до особого разрешения врача;
- Нельзя принимать аспирин при его непереносимости (аллергической реакции), а также при обострении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки;
- Нельзя принимать нитроглицерин при резкой слабости, потливости, а также при выраженной головной боли, головокружении, остром нарушении зрения, речи или координации движения.

ПОМНИТЕ!

Что вызванная в первые 10 минут от начала сердечного приступа или ОНМК скорая медицинская помощь, позволяет в полном объеме использовать современные высокоэффективные методы стационарного лечения и во много раз снизить смертность от этих заболеваний.

Что ацетилсалициловая кислота и нитроглицерин принятые в первые минуты могут предотвратить развитие инфаркта миокарда и значительно уменьшают риск смерти от него.

Что состояние алкогольного опьянения не является разумным основанием для задержки вызова бригады скорой медицинской помощи.

Найти своего врача
Регулярно обращайтесь к нему за советом. Он знает особенности вашего организма, быстро заметит сбой в организме и примет меры для его быстрейшего устранения.

Заботиться о себе
Сердце - часть единого организма. Как не может быть больного сердца в здоровом организме, так и не бывает здорового сердца в больном.

Спать и питаться правильно
Сон и работа желудка - потребности организма. После **40 лет** человек должен спать не менее **7-8 часов** и есть продукты, которые облегчают работу желудка (свежие овощи и фрукты).

Думать позитивно
Учитесь замечать светлые стороны жизни, не фиксируйте внимание на чёрных.

Не психовать
Чрезмерные негативные и позитивные эмоции одинаково плохо влияют на работу сердца.

Как сохранить сердце здоровым ?

Аргументы и факты aif.ru

[/aif.ru](#) [/aif_ru](#) [/aifonline](#) [/aifru](#)

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!