Инфаркт миокарда – отмирание участка сердечной мышцы, происходящее вследствие нарушения кровотока. Очень часто он приводит к смерти, так как закупоривается главная сердечная артерия. Без должной помощи смерть наступает в 100 % случаев.

Заметим, что от болезней сердца умирает в современном мире гораздо больше людей, чем, например, от онкологии. Поэтому следить за состоянием сердца, особенно в зрелом возрасте, необходимо. Если вы уже перенесли инфаркт миокарда, различные операции на сердце, необходим курс реабилитации в специализированном центре.

**ПРИЧИНЫ ИНФАРКТА МИОКАРДА**

Главными причинами возникновения подобной патологии считают ожирение и сильные стрессы. Питание должно быть сбалансированным и разнообразным. В него обязательно должны включаться фрукты, овощи и животные жиры. Если у человека наблюдается сахарный диабет, то он автоматически входит в группу риска. Вредные привычки, такие как: наркотики, алкоголь и никотин также оказывают пагубное влияние. Употребление в больших количествах кофе, чая тоже вредит сердцу. Если есть среди родственников, кто перенес этот недуг, то риск увеличивается. Инфаркт миокарда может постичь в любом возрасте. Но особенно часто он возникает после сорока лет.

**СИМПТОМЫ**

Одним из первых симптомов инфаркта является сильнейшая боль в сердце, груди и ребрах, которая отдает в плечо, челюсть и ухо. Она носит острый, кинжальный, раздирающий характер. Болевой синдром то снижается, то снова увеличивается. Он может длиться от 20 минут до нескольких суток. Возможно появление сильного головокружения, из-за чего человек может упасть и не понимать, что с ним происходит. Кожные покровы человека становятся бледными, появляется одышка и холодный пот. В животе может появиться чувство тяжести. Артериальное давление начинает стремительно скакать.

**ЛЕЧЕНИЕ**

При данном недуге необходима быстрая помощь врачей. На спасение пациента у них есть меньше трех часов, поэтому сразу же проводится госпитализация в реанимацию кардиологического отделения. После нормализации состояния больного переводят в палату, где ему прописывается постельный режим, психологическое спокойствие и дробное питание. Болевой синдром снимают специальными препаратами. Также проводят терапию, которая направлена на улучшение функционирования сердечной мышцы, нормализации давления.

Инфаркт – очень тяжелое заболевание, которому необходимо своевременное распознание и принятие необходимых мер. Для того чтобы не допустить его, необходимо следить за своим образом жизни и питанием, стараться поменьше испытывать стрессы, и тогда этот недуг не посягнет на здоровье человека.

Алексеева Сардана Васильевна – врач общей практики.