

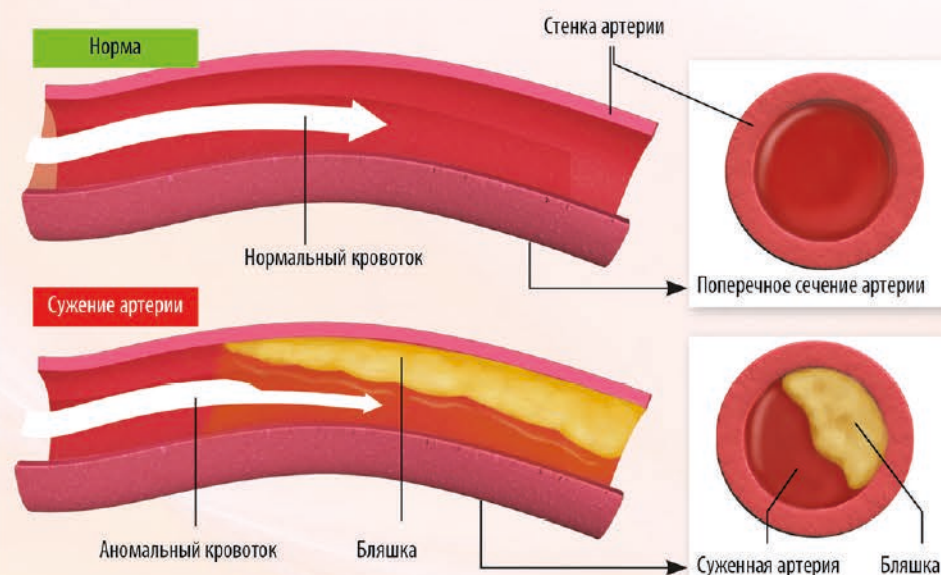


Жизнь с атеросклерозом

Что такое атеросклероз?^{1,4}

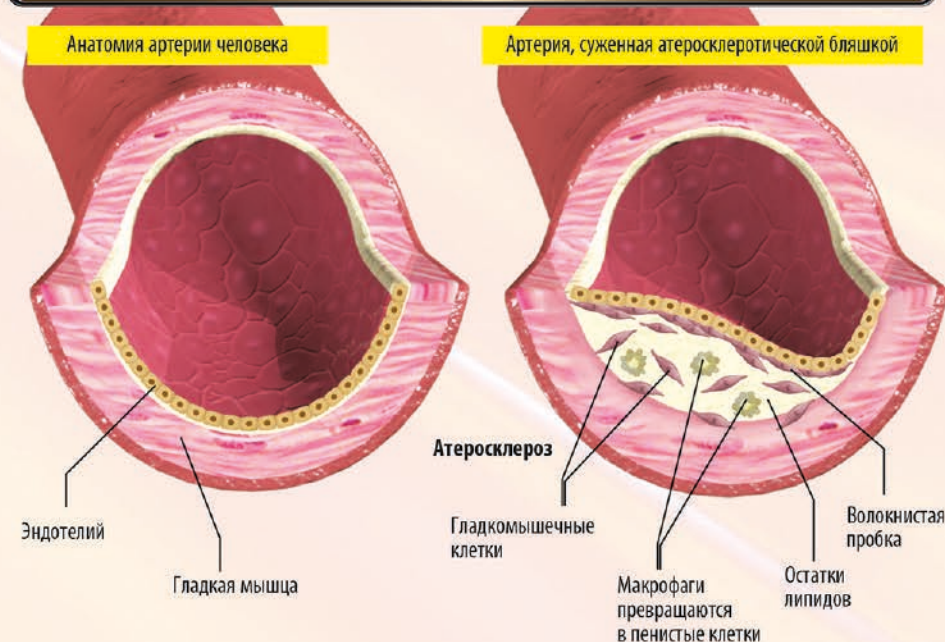
Атеросклероз-это заболевание, при котором внутри артерий накапливаются бляшки. Артерии-это кровеносные сосуды, которые несут богатую кислородом кровь к сердцу и другим частям тела.

Налет на стенках сосуда состоит из жира, холестерина, кальция и других веществ, содержащихся в крови. Со временем бляшка затвердевает и сужает артерии. Это ограничивает приток богатой кислородом крови к органам и другим частям тела. Атеросклероз является основной причиной большинства сердечных приступов и инсультов



- Атеросклероз связан с высоким уровнем в крови гомоцистеина, фибриногена, С-реактивного белка, глюкозы, холестерина, инсулина, железа, липопротеинов низкой плотности (ЛПНП) и триглицеридов, а также низким уровнем липопротеинов высокой плотности (ЛПВП) и тестостерона (у мужчин).

Анатомия артерии^{1,2,4}



Анатомия артерии^{1,2,4}

Артерии-это кровеносные сосуды, которые отвечают за полную силу каждого сердечбиения. Артерии-это динамичные, функционирующие мышечные структуры, которые, будучи здоровыми, расширяются и сокращаются, чтобы облегчить кровообращение и поддерживать оптимальное кровяное давление. Внутренний слой, известный как эндотелий, состоит из тонкой области эндотелиальных клеток, целостность которых имеет решающее значение для предотвращения атеросклероза.

Плохие привычки в отношении здоровья и нормальное старение приводят к дисфункции эндотелия-процессу, при котором нарушается граница эндотелия, снижается гибкость артерий, происходит аномальная агрегация тромбоцитов и формируются атеросклеротические поражения в ответ на повреждение артериальной стенки (эндотелия).

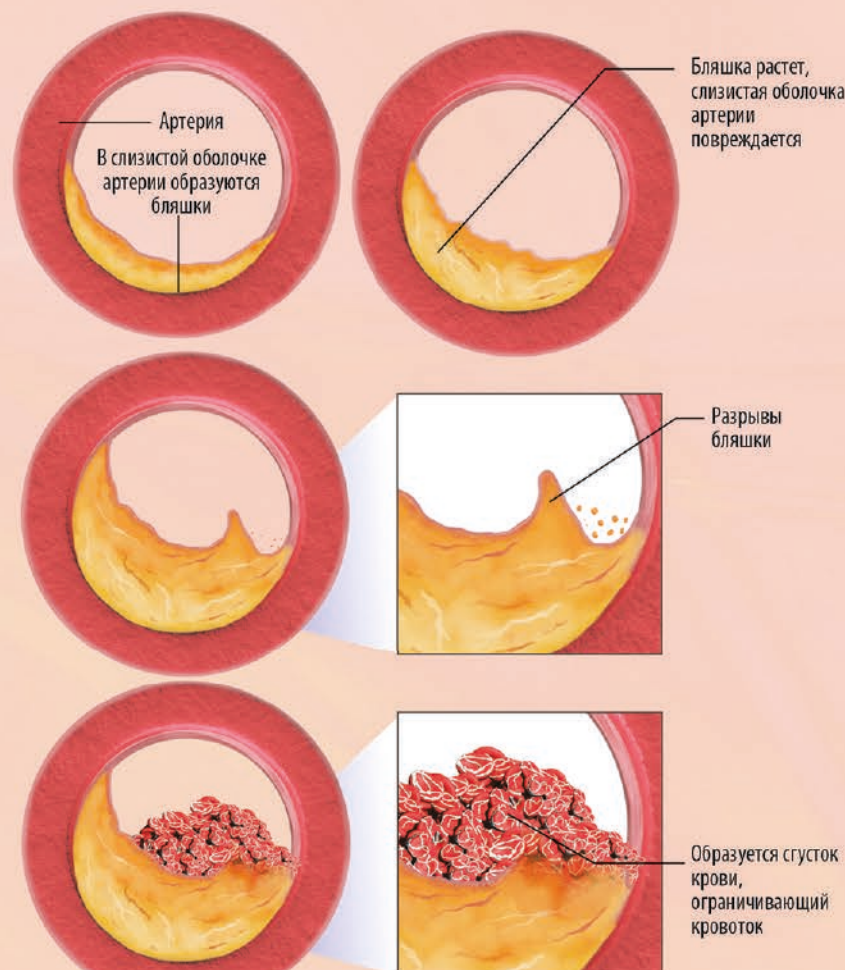
Что происходит?^{1,4,5}

Атеросклероз начинается с изменений в функции эндотелиальных клеток, которые заставляют белые кровяные тельца, которые движутся по крови, оседать, а не течь нормально.

Липидные или жироподобные вещества в крови, такие как ЛПНП и триглицериды, накапливаются в этой области.

Это приводит к отправке тревожного сигнала для инициирования процесса "восстановления", который в конечном итоге приводит к атеросклеротическому поражению.

Этот сложный массив пенных клеток, кальцификации и накопления липидов называется атеросклеротической бляшкой. Бляшка растет, и если она становится нестабильной, она уязвима для резкого разрыва. Затем тромбоциты могут быстро накапливаться вокруг этой разорванной бляшки, что приводит к закупорке (или сгустку крови) на внутренней поверхности стенки кровеносного сосуда.

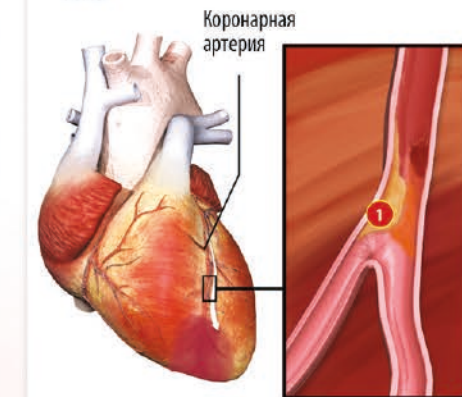


Осложнения атеросклероза⁶⁻⁹

Атеросклеротическое сердечно-сосудистое заболевание может проявляться как ишемическая болезнь сердца (ИБС), Цереброваскулярные заболевания (ЦВА), Транзиторная ишемическая атака (ТИА), заболевания периферических артерий (PAD), аневризмы брюшной полости и стеноз почечных артерий у мужчин.

Ишемическая болезнь сердца (ИБС)

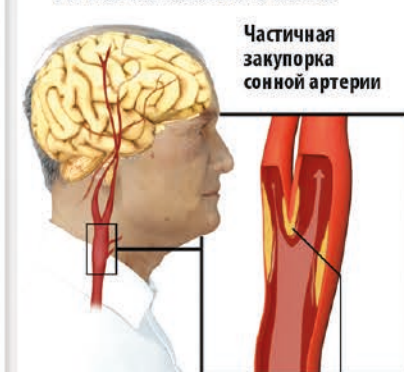
- ИБС вызвана накоплением бляшек в стенках артерий, которые снабжают кровью сердце (называемые коронарными артериями) и другие части тела



1 Бляшки накапливаются в артерии

Цереброваскулярные заболевания

- Церебральная ишемия возникает при недостаточном притоке крови к мозгу, так, что церебральная гипоксия развивается из-за ограниченного снабжения кислородом, что приводит к гибели тканей головного мозга.

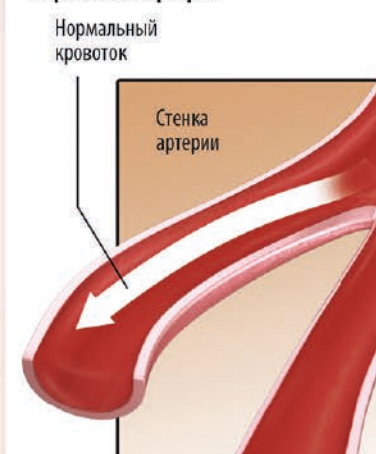


Бляшка сужает артерию

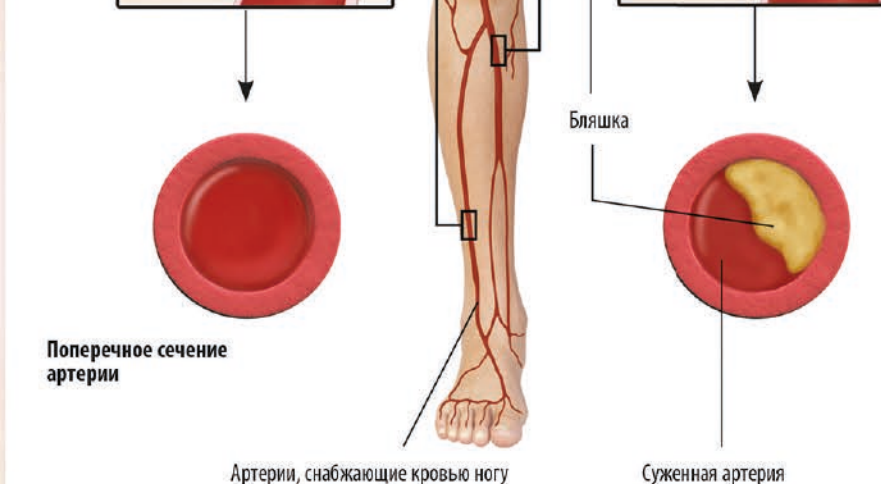
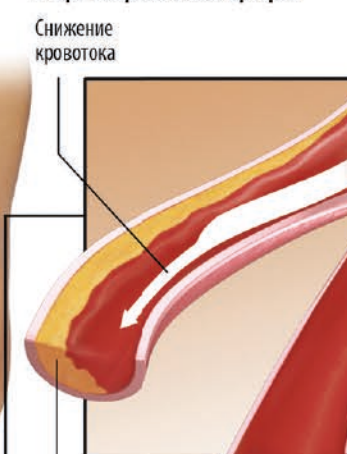
Заболевание периферических артерий

- Заболевание периферических артерий в ногах или нижних конечностях-это сужение или закупорка сосудов, которые несут кровь от сердца к ногам.

Нормальная артерия



Атеросклеротическая артерия



© built4doctors All rights reserved.



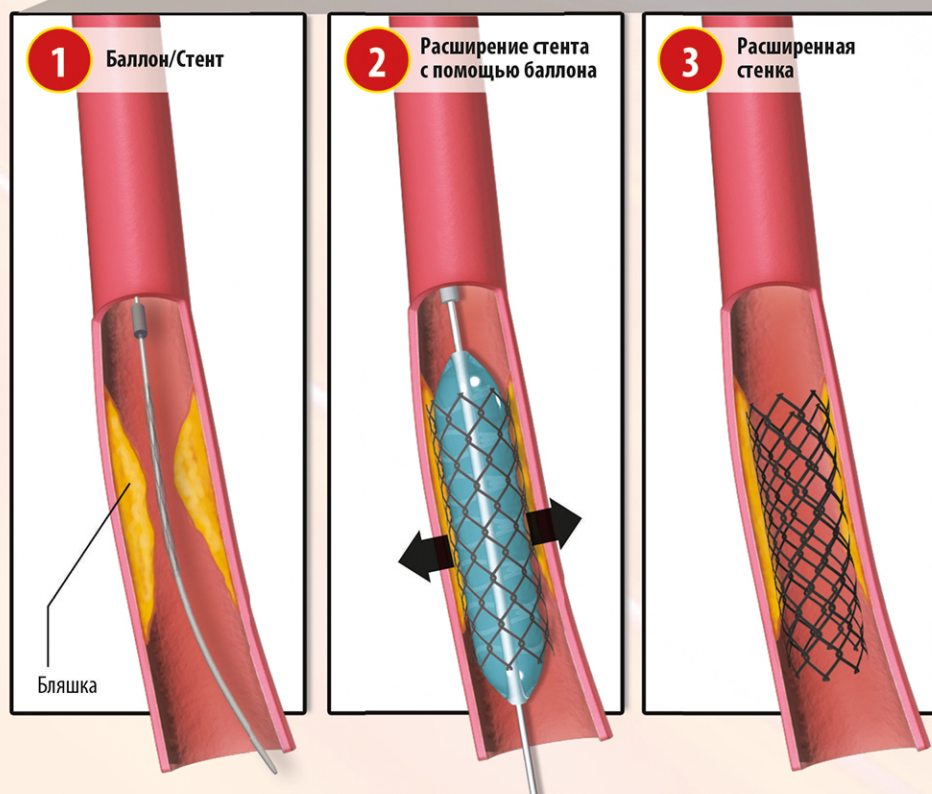
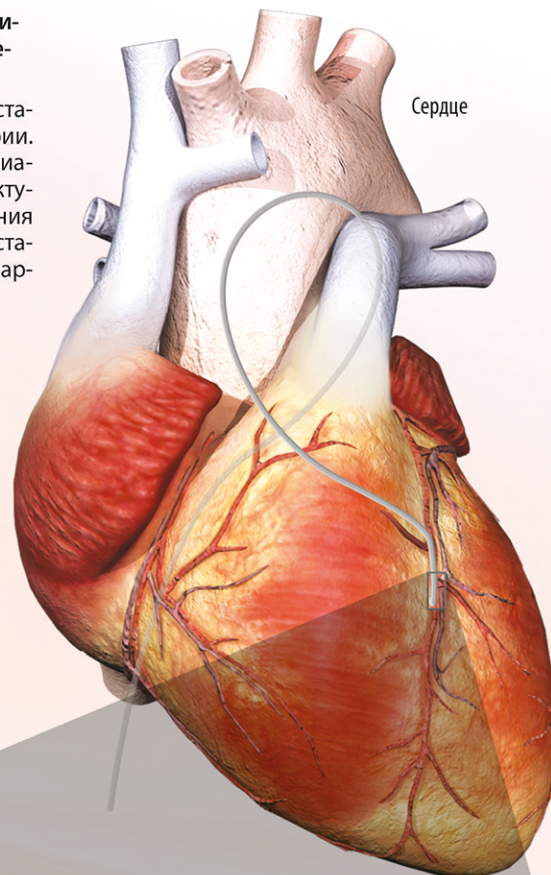
Что делать?^{6,10-13}

Лекарства от холестерина – статины или другие

Лекарства от артериального давления (АД) – для контроля АД требуется 2 или более классов препаратов, включая ингибиторы ангиотензинпревращающего фермента (ИАПФ), блокаторы рецепторов ангиотензина II (БРА), диуретики, бета-блокаторы, блокаторы кальциевых каналов (БМК) и вазодилаторы.

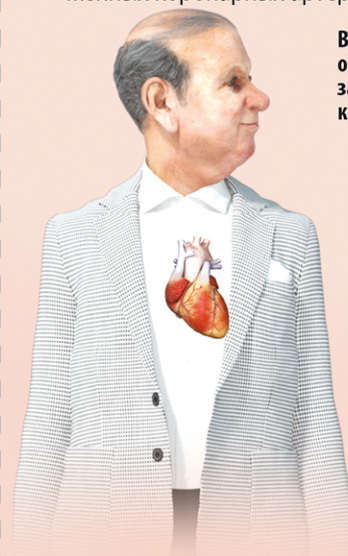
Врач может порекомендовать медицинскую процедуру или хирургическое вмешательство:

- Атеросклероз можно вылечить, установив стент в пораженной артерии. Стент представляет собой миниатюрную сетчатую трубчатую структуру, которая прижимает отложения бляшек к стенкам артерий и восстанавливает нормальный кровоток артерии.



Что делать?^{6,10-13}

- При аортокоронарном шунтировании (АКШ) используют артерии или вены из других областей тела для обхода закупоренных или обхода суженных коронарных артерий



Венозный трансплантат обходит заблокированную коронарную артерию

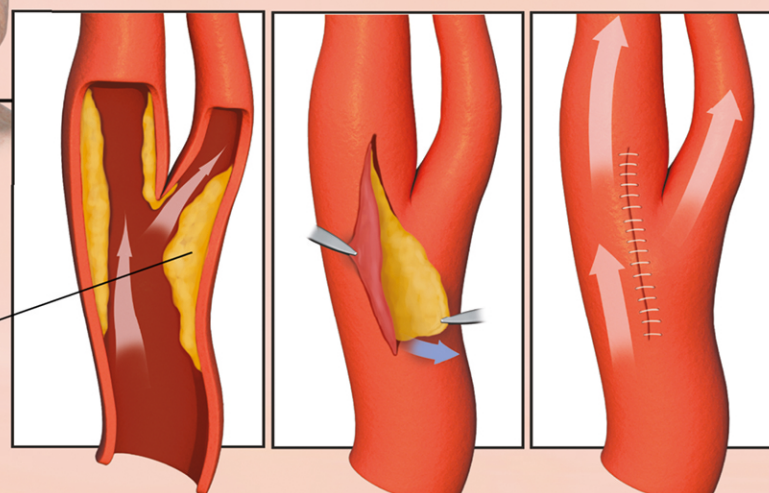
- Каротидная эндартерэктомия – это операция по удалению жировых отложений (бляшек), которые сужают артерии на шее.



Выявляется заблокированный участок сонной артерии.

Артерия вскрывается, и бляшка удаляется.

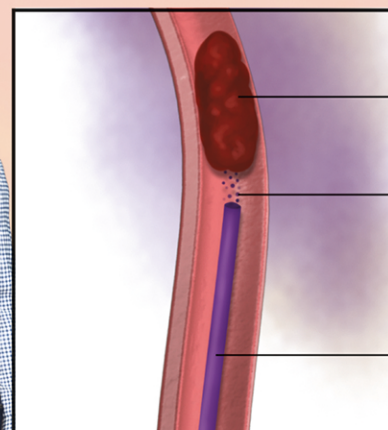
Очищенную артерию зашивают.



- Тромболитическая терапия – это введение препаратов, называемых литиками или "разрушителями сгустков", для растворения сгустков крови, которые резко (внезапно) заблокировали ваши основные артерии или вены и представляют потенциально серьезные или опасные для жизни последствия.



Бедренный доступ



Повседневная жизнь^{3,6,8}

- Здоровое питание для сердца: Включает употребление различных фруктов и овощей (в т.ч. фасоль и горох), цельного зерна, нежирного мяса, птицы без кожи, жирной рыбы, морепродуктов, а также обезжиренного или нежирного молока и молочных продуктов.



- Поддерживайте здоровый вес.



- Избегайте сахара и трансжиров.



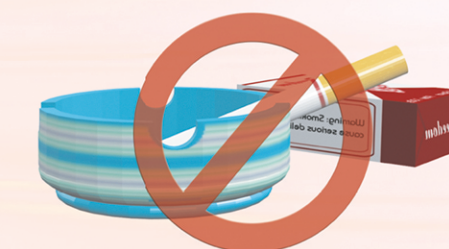
- Ограничьте потребление насыщенных жиров, таких как красное и обработанное мясо, мясные субпродукты.



- Физическая активность: будьте настолько физически активны, насколько это возможно.



- Бросьте курить



1. Rafieian-Kopaei M, et al. Atherosclerosis: Process, Indicators, Risk Factors and New Hopes. Int J Prev Med. 2014 Aug;5(8):927–946. 2. Taleb S. Inflammation in atherosclerosis. Archives of Cardiovascular Disease. 2016;109:708–715. 3. Atherosclerosis [Internet]. 2018 [cited 2019 Jun 04]. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/health-topics/atherosclerosis>. 4. Colman J. Why Our Arteries Become Clogged As We Age [Internet]. 2005 [updated 2021 Jan; cited 2021 Mar 22]. Available from: https://www.lifeextension.com/magazine/2005/10/cover_arteries. 5. Nelson JR, Wani O, May HT, Budoff M. Potential benefits of eicosapentaenoic acid on atherosclerotic plaques. Vasc Med Biol. 2017 Apr;29(1):1–9. doi:10.1016/j.vmb.2017.02.004. 6. Pahwa R, Jialal I. Atherosclerosis. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2021 Jan. 7. CDC. Peripheral Artery Disease (PAD) [Internet]. 2020 [updated 2020 Sep 8; cited 2021 Mar 22]. Available from: <https://www.cdc.gov/heartdisease/PAD.htm>. 8. CDC. Coronary Artery Disease [Internet]. 2020 [updated 2020 Sep 8; cited 2019 Dec 9]. Available from: https://www.cdc.gov/heartdisease/coronary_ad.htm. 9. Sarkar S, Chakraborty D, Bhowmik A, Ghosh MK. Cerebral ischemic stroke: cellular fate and therapeutic opportunities. Front Biosci (Landmark Ed). 2019 Jan 1;24:435–450. 10. Kalra S, Mashuq-un-Nabi. Study of Coronary Stent Deformation using Finite Element Method. 11th International Conference on Industrial and Information Systems; 2016 Dec 3; Roorkee, India. New Delhi; 2016. P. 404–407. 11. American Heart Association. What Is Coronary Bypass Surgery? [pamphlet]. American Heart Association; 2017. 12. American Heart Association. What Is Carotid Endarterectomy? [pamphlet]. American Heart Association; 2015. 13. Avgerinos E. Thrombolytic Therapy [Internet]. 2005 [updated 2005; cited 2021 Mar 22]. Available from: <https://vascular.org/patients/vascular-treatments/thrombolytic-therapy> ISBN: 978-1-64139-409-3

Материал принадлежит ООО «ММА«МедиаМедика», любое копирование и использование в коммерческих целях запрещено.