

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СЕРДЕЧНОМ ПРИСТУПЕ

Симптомы сердечного приступа, как правило, развиваются по классической схеме. Появление любого из них – повод для вызова бригады скорой помощи. Помните, что промедление может привести к смерти человека.

### Что такое сердечный приступ?

Сердечным приступом обычно называют [инфаркт миокарда](#). Это состояние развивается, когда в сосудах, питающих сердечную мышцу, нарушается кровоток. Например, из-за резкого спазма или закупорки сосудов кровяным сгустком или скоплением холестерина.

От недостатка кислорода участок сердечной мышцы начинает умирать. Это вызывает боль в груди и нарушение работы сердца.

### Мифы о болезнях сердца

Болезни сердца – главная причина смерти людей во всем мире. Тем не менее, [мифы о сердечно-сосудистых заболеваниях](#) весьма живучи. Проверьте собственные знания.

### Чем опасен сердечный приступ?

Сердечные приступы нередко приводят к **остановке сердца**. При этом шансов выжить без оказания квалифицированной помощи в стационаре у человека с сердечным приступом крайне мало.

Именно поэтому при развивающихся симптомах инфаркта надо **немедленно** вызвать бригаду скорой помощи, даже если самому человеку кажется, что ничего серьезного не происходит.

Даже незначительные неприятные ощущения в груди могут оказаться симптомами развивающегося инфаркта миокарда. До трети сердечных приступов не сопровождаются сильной болью, и люди замечают проблемы с сердцем **слишком поздно**.

Кроме того, женщины [склонны недооценивать](#) неприятные ощущения в груди. По наблюдениям врачей, даже в приемном покое больницы они редко жалуются на боль при инфаркте.

### При дискомфорте в области груди немедленно вызывайте бригаду скорой помощи, если:

- Вы старше 40 лет, и у вас есть один или более факторов риска развития болезней сердца: случаи инфарктов в семье, [курение](#), [ожирение](#), малоподвижный образ жизни, повышенный уровень холестерина в крови, сахарный диабет.
- Боль в груди можно описать как плотную, тяжелую и сжимающую.
- Боль сопровождается слабостью, тошнотой, одышкой, потливостью, головокружением или обмороком.
- Боль отдает в плечи, руки, шею или челюсть.
- Боль сопровождается ощущением отчаяния, обреченности.
- Боль усиливается в течение 15–20 минут.

### Что надо сделать в ожидании помощи:

1. Примите сидячую или полулежачую позу и **отдохните**. Чем больше нагрузка на сердце во время сердечного приступа, тем тяжелее будут его последствия.
2. Расстегните воротник, ослабьте пояс, попросите открыть окна, если в комнате душно.
3. Положите под язык таблетку нитроглицерина и медленно ее рассосите. До приезда скорой помощи можно принять **только одну** таблетку, поскольку у некоторых людей это лекарство может вызвать резкое падение артериального давления.
4. **Не принимайте кофе, алкоголь** и чужие «сердечные» препараты. Этанол, кофеин и вещества, содержащиеся в не предназначенных для вас лекарствах, при сердечном приступе могут быть смертельно опасными.

### Самое важное

Даже один из описанных выше симптомов могут говорить о развитии сердечного приступа. Не занимайтесь самолечением! В случае дискомфорта в груди надо срочно вызвать бригаду скорой помощи. В ожидании врачей примите таблетку нитроглицерина и прилягте.