

## ЧТО ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ОБ ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА



- табакокурение
- повышенный вес
- гиподинамия
- повышенный уровень холестерина
- постоянный стресс

**угроза** развития повышенного артериального давления (гипертоническая болезнь), атеросклероза, ишемической болезни сердца (стенокардия, инфаркт миокарда), сахарного диабета

### ВЫ ДОЛЖНЫ СДЕЛАТЬ:

- Контролировать уровень артериального давления
- При появлении боли за грудиной или в левой половине грудной клетки при физической активности или если Ваш возраст 40 лет и старше
  - **Обратиться к врачу и пройти обследование :**
  - электрокардиографию
  - эхокардиографию
  - развернутый липидный спектр: холестерин, триглицериды, липиды низкой плотности, липиды высокой плотности
  - ЦДС сонных артерий

### ВЫ ДОЛЖНЫ УМЕТЬ

- если у Вас повышено артериальное давление, и Вы постоянно принимаете антигипертензивные препараты, то при резком повышении уровня артериального давления принять быстродействующие препараты для снижения давления. Если уровень артериального давления не снижается и Ваше самочувствие ухудшается, то **вызвать бригаду скорой помощи.**
- Если у **ВАС** впервые появилась **сильная боль** за грудиной или в левой половине грудной клетки давящего, сжимающего характера или чувство жжения – **вызвать бригаду скорой помощи**
- Если **ВЫ** страдаете **ИБС**, при появлении сильной боли за грудиной или в левой половине грудной клетки давящего, сжимающего характера или чувство жжения – **принять нитроглицерин** в виде таблетки или аэрозоля. Если через **5 минут** болевой синдром не купируется,

**повторить повторно прием нитроглицерина и вызвать бригаду скорой помощи**