**МКУК г-к Кисловодска «ЦБС» 18 +**

**Библиотека-филиал № 5**

 



**Кисловодск, 2014 г.**

**Инфаркт миокарда** – **некроз сердечной мышцы, развивающийся из-за прекращения кровотока в коронарной артерии вследствие ее тромбоза или эмболии, реже – в результате длительного спазма.**

Миокард – это сердечная мышца.  Кровоток в ней обеспечивается венечной (коронарной) артерией – три ее основных ветви (правая, левая передняя и левая задняя). Атеросклероз, как системный процесс, не обходит своим вниманием коронарную артерию. Образование склеротических бляшек в просвете венечных артерий препятствует нормальному кровотоку и снабжению миокарда кислородом. Либо какую-нибудь из них закупоривает кровяной сгусток – тромб, то участок сердца, который она питает, также остается без кровоснабжения, а значит, без кислорода. На голодном пайке клетки миокарда могут прожить лишь 20–30 минут, потом они гибнут, и возникает инфаркт – участок омертвения сердечной ткани (некроз). На пострадавшем месте остается рубец.

## Причины инфаркта миокарда

Непосредственной причиной инфаркта миокарда является остро возникшее, внезапное прекращение кровотока в системе коронарной артерии, в одной или нескольких ее ветвях. Закупорка ветви коронарной артерии может быть вызвана ее тромбозом, реже эмболией или длительным (более получаса) стойким спазмом коронарной артерии.

Инфаркт миокарда является одним из проявлений  [ишемической болезни](http://click02.begun.ru/click.jsp?url=8erDkV5RUFHSKNgHoKifsk5iaWls0deG2*S5lAtLsc9gMt89PNtuzkf5j-r4wnvV33Lj5mjZWCzft8OvnpDIEp-awQvx6MdtevQuDuMwopF6Mss38-5yFaf7uzhdVOMYUZ28rcFBCfBMsYZRGeJSfSmdRc9QCIs6dmRRg9VirQcDxl4EfM5x3aJu0x8vncC7emNcV3lLkjx2XaNAq0pdio*TAuUhwleOcPMKMaGgM7HLSrsec0N11Znk-PyADrvO8moR-4UUbl-XX1FcO-DpdwepPDyBubNlx1M5PN5YTDtgiMdDKLqBARyQ1s3laYlWdbT8Pssd1eyKpC7hA3pQ9Cgmd8ZQOhNLdyYpT5*viIurStXYKW3Q35k3v*NDUhh6W0VwBVrEU3D8jIyrK27YuSHxvXO*Vsp6CChux1BQSO-rDoQFfDqUZX9z5l0OANwobronrgWm1YvM7EvaPo3v4TfN*diukk3XkhTPCSji-oKmgSsFWPLaDeda6DRxHgEZApwPCmljLP9jb0Ps4jkSDITId*8d74O26R3StZLgJOTRZ2wLhOFVRAAQdvPEK6HPDCQlJwNxX1bJuWgLdMyps0QYQWA5TH18Shnm7roQC8PQJIlahY0U76kKv*YmHup9Ub0k2HqxD9rTgCS7&eurl%5B%5D=8erDkTY3NjcfO5FIjGOEo3pCGLc0tzZXdUjHySHnYjq4Xquw)  сердца. Поражение коронарной артерии в результате атеросклероза приводит к образованию на стенке сосуда склеротической бляшки и ее увеличению. Атеросклеротическая бляшка перекрывает просвет коронарной артерии, вызывая прогрессирующую ишемию соответствующего участка миокарда. Таким образом, создаются условия для тромбоза и тромбоэмболии, полного прекращения кровотока в пораженной артерии и некроза (инфаркта) миокарда.

**Факторы риска инфаркта миокарда.**

К факторам риска возникновения инфаркта миокарда относятся состояния или болезни, значительно повышающие риск развития этой болезни. Основные факторы риска развития инфаркта миокарда это:

Атеросклероз – это основной фактор риска развития инфаркта миокарда. Атеросклероз коронарных артерий может быть причиной тромбоза или спазма коронарных артерий;

Возраст – риск возникновения инфаркта повышается после 40 – 50 [лет](http://letu.ru/). Риск развития атеросклероза коронарных артерий, так же повышается с возрастом;

Артериальная гипертония – приводит к утолщению стенок сердца, что в свою очередь повышает потребность сердца в кислороде и снижает выносливость сердечной мышцы по отношению к недостатку кислорода. Кроме того, артериальная гипертония значительно ускоряет развитие атеросклероза;

Курение – является независимым фактором риска развития инфаркта миокарда. Курение вызывает сужение коронарных сосудов сердца и снижает снабжение сердечной мышцы кровью;

Ожирение и другие нарушения обмена жиров – провоцируют ускоренное развитие атеросклероза, гипертонии, диабета;

Недостаток движения – оказывает негативное влияние на состояние обмена веществ организма, является одной из причин ожирения и сахарного диабета.

Как стало очевидно, основным фактором развития инфаркта миокарда является атеросклероз венечных артерий сердца. В то же время развитие атеросклероза может быть ускорено множеством других факторов, находящихся в тесной взаимосвязи друг с другом.

**Профилактика инфаркта включает меры по устранению факторов риска инфаркта:**

* Отказ от вредных привычек;
* Правильное питание (отказ от пищи богатой холестерином, отказ от животных жиров);
* Активный образ жизни – постоянные физические нагрузки способствуют развитию окольных путей кровоснабжения сердечной мышцы, что в свою очередь повышает выносливость сердца к недостатку кислорода и снижает риск развития инфаркта;
Борьба с ожирением и гипертонией значительно повышают шансы на выживание больного с инфарктом миокарда.



Перечень использованных материалов:

1. <http://fitfan.ru/health/bolezni/2303-infarkt-miokarda.html>
2. <http://correctdiagnosis.ru/infarkt/237-prichiny-infarkta.html>
3. <http://www.medweb.ru/encyclopedias/spravochnik-po-zabolevaniyam-i-sostoyaniyam/article/infarct-miokarda>
4. <http://www.astromeridian.ru/medicina/3/3843.html>
5. <http://images.yandex.ru/yandsearch>

Ответственная за выпуск

заведующая библиотекой-филиалом № 5 Н.А. Морозова