Врач-кардиолог Катунина Е.С. из Областной больницы № 13 поделилась информацией о том, как предотвратить развитие порока сердца.

Заболевания сердечно-сосудистой системы разнообразны и встречаются у людей всех возрастов.

Врач-кардиолог Катунина Елена Сергеевна рассказала, что порок сердца — это нарушение структуры сердечных клапанов или сужение отверстий, которые они закрывают.

Пороки сердца могут быть врождёнными или приобретёнными.

Приобретённые пороки сердца зачастую являются результатом таких патологических состояний, как ревматизм, инфекционный эндокардит, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца и сифилис.

В молодом возрасте наиболее распространёнными причинами приобретённых пороков сердца являются ревматизм и инфекционный эндокардит, в то время как в пожилом возрасте чаще встречаются атеросклероз и ишемическая болезнь сердца.

"Люди с пороком сердца часто сталкиваются с проявлениями сердечной недостаточности. Они могут испытывать трудности с дыханием, кашель, быстро уставать даже после незначительных физических нагрузок, чувствовать постоянную сонливость, головокружение и даже терять сознание.

Из-за увеличения печени пациенты могут ощущать тяжесть или ноющую боль в правом подреберье. К вечеру у них часто появляются сильные отёки ног. Кроме того, они часто испытывают ноющие боли в левой половине груди, учащённое сердцебиение и неприятные ощущения в грудной клетке.

Пациенты с определёнными врождёнными пороками сердца подвержены частым инфекциям нижних дыхательных путей." — рассказывает врач.

Специалист рассказал, что для предотвращения приобретённых пороков сердца необходимо проводить профилактику септических состояний и сифилиса, ишемической болезни сердца и атеросклероза. Для этого нужно проводить санацию инфекционных очагов, закаливание и повышение физической активности организма, следить за уровнем холестерина и артериального давления.

Для пациентов с уже развившимся пороком сердца врач даёт следующие рекомендации:

— Соблюдать рациональный двигательный режим, к нему относятся: пешие прогулки и ЛФК. Полноценно и разнообразно питаться, ограничить потребление поваренной соли, отказаться от резких изменений климата (особенно в горной местности) и чрезмерно интенсивных физических нагрузок.

"Самое главное — пациентам с диагностированными заболеваниями сердца нельзя пренебрегать наблюдением кардиолога. Очень важно регулярно проходить необходимые обследования, в частности ультразвуковое исследование сердца, чтобы вовремя выявить возможные патологии." — подводит итог Елена Сергеевна.

Пресс-секретарь ГБУЗ ТО ОБ 13 Куклина Е.А.