

Стенокардия (лат. angina pectoris, устаревший синоним: грудная жаба) — заболевание, характеризующееся болезненным ощущением или чувством дискомфорта за грудиной. Боль появляется внезапно при физической нагрузке или эмоциональном стрессе, после приёма пищи, обычно иррадиирует в область левого плеча, шеи, нижнюю челюсть, между лопаток, левую подлопаточную область и продолжается не более 10-15 мин. Боль исчезает при прекращении физической нагрузки или приёме нитрата короткого действия.

Самопомощь при стенокардии:

1. Если боль возникает во время физической нагрузки – немедленно прекратите работать и, по возможности, удобно, без напряжения сядьте с опущенными ногами.

2. Если боль возникает в покое, когда вы лежите – сразу же удобно, без напряжения сядьте, опустив ноги.

3. Обеспечьте доступ свежего воздуха: расстегните затрудняющую дыханье одежду, откройте окно, но при этом зимой не стоит выходить на балкон, так как резкий вдох холодного воздуха может усилить спазм сосудов.

4. Примите 1 таблетку нитроглицерина под язык или впрысните под язык (не вдыхая!) 1 дозу нитроглицерина или изосорбита динитрата (изокет аэрозоль и др.). В случае отсутствия эффекта используйте данные препараты повторно (с интервалом 3 мин.) до трех раз. При этом дозы, интервалы и кратность приема препаратов заранее подбирают со своим лечащим врачом индивидуально с объяснением возможных эффектов и методов их коррекции.

5. Если боль не проходит – немедленно вызывайте врача скорой помощи.

6. До прибытия врача разжуйте 0,25 г (1/2 таблетки) ацетилсалициловой кислоты (аспирина).

7. Если боль сопровождается резкой слабостью, бледностью, головокружением – это может свидетельствовать о снижении артериального давления. В таких случаях принимать нитроглицерин не надо. Следует лечь, обеспечить доступ свежего воздуха, сразу же вызвать врача скорой помощи. Для облегчения боли можно использовать валидол, аспирин, анальгетики.

8. Валидол не является основным препаратом первой помощи, поэтому при его приеме вместо нитроглицерина приступ стенокардии может затянуться. Валидол можно использовать только при условии, что он снимет боль быстро (в течение 3-5 мин.) и полностью.

9. Если с приступом стенокардии больному удается справиться самостоятельно, он должен сравнить его с предыдущими, привычными. При приступе стенокардии, который не отличается от предыдущих, необходимо на ближайшие часы ограничить физические и эмоциональные нагрузки; принять рекомендованные лечащим врачом для постоянного лечения лекарства; по возможности измерить артериальное давление и в случае его повышения принять рекомендованные врачом препараты; при частом пульсе может быть полезен прием 10 капель валокордина или корвалола либо 10-40 мг пропранолола.

10. ВНИМАНИЕ! Приступ стенокардии, который возник впервые или отличается от обычных (боль впервые возникла в состоянии покоя, или изменилась ее локализация и распространение, или боль необычно сильная, необычно продолжительная, или если ни валидол, ни нитроглицерин не помогают) - может свидетельствовать о ПРЕДЫНФАРКТОМ СОСТОЯНИИ ИЛИ НАЧАЛЕ ИНФАРКТА МИОКАРДА. В этом случае обязательно вызовите врача на дом и ни в коем случае не пытайтесь добраться самостоятельно до поликлиники или больницы. До прихода врача необходимо соблюдать строгий постельный режим, принять рекомендованные врачом для постоянного лечения лекарства (в большинстве случаев – это нитропрепараты продленного действия); принять внутрь 0,25 г аспирина; при отсутствии противопоказаний принять внутрь 20-40 мг пропранолола (индерил, обсидан); по возможности измерить артериальное давление и в случае его повышения приянть рекомендованные врачом препараты; при частом пульсе может быть полезен прием 40 капель валокордина или корвалола либо 10-40 мг пропранолола.

И еще:

Если вы подвержены частым сердечным приступам, всегда носите в кармане карточку с четкой записью: какая у вас болезнь, какая группа крови, где лежит лекарство.

Например: «У меня стенокардия. Помогите. Лекарство в заднем кармане». Почувствовав себя плохо на улице, присядьте на скамейку, постарайтесь вытащить карточку и положить ее на грудь – вам всегда помогут.