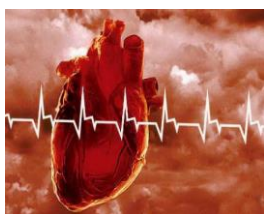




## ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФАРКТЕ МИОКАРДА



**ИНФАРКТ МИОКАРДА** – это гибель участка сердечной мышцы, обусловленная её длительной ишемией вследствие спазма или тромбоза коронарных артерий. Одним из характерных признаков инфаркта миокарда является страх смерти.

### СИМПТОМЫ ИНФАРКТА МИОКАРДА

- Длительная интенсивная сжимающее-давящая боль в левой половине грудной клетки, может отдавать в руку, плечо, шею, спину, область лопаток, нижнюю челюсть и желудок.
- Боль продолжается и после приёма нитроглицерина.
- Возникает страх смерти, человек бледнеет, появляется холодный пот.
- Обморочное состояние.

Далеко не всегда болезнь проявляется такой классической картиной. Человек может ощущать лишь дискомфорт в груди или перебои в работе сердца. В ряде случаев боль вообще отсутствует. Кроме того, встречаются нетипичные случаи инфаркта миокарда, когда заболевание проявляется затруднением дыхания с одышкой или болью в животе, тошнотой, рвотой, расстройствами пищеварения.

**При наступлении этих симптомов нужно вызвать  
«СКОРУЮ МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ»**

**(желательно специализированную кардиологическую или реанимационную бригаду)!**

**103** или **03** – со стационарного телефона  
**112** – с мобильного телефона

## **ЧТО НУЖНО ДЕЛАТЬ ДО ПРИЕЗДА СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ:**

1. *Исключить физическую нагрузку, не ходить, не курить, не принимать пищу до приезда врача.*
2. *Снять или расстегнуть стесняющую дыхание одежду.*
3. *Открыть окно или включить кондиционер, чтобы обеспечить поступление свежего воздуха.*
4. *Лечь в постель с приподнятым изголовьем или сесть (лучше в кресло с подлокотниками), чтобы верхняя часть туловища была приподнята.*
5. *Принять полтаблетки (0,25г) ацетилсалициловой кислоты (аспирина) – таблетку разжевать, не глотать, оставить всасываться под языком. Одновременно под язык положить таблетку нитроглицерина (капсулу, дозу спрея). Повторно нитроглицерин можно давать с интервалом 15-20 минут. Нитроглицерин не рекомендуется применять в том случае, когда инфаркт миокарда сопровождается пониженным артериальное давление.*
6. *При паническом состоянии нужно принять успокаивающее – валериану, либо корвалол.*

При подозрении на остановку сердца (отсутствие сознания, дыхания, пульса на сонных артериях, артериального давления) следует незамедлительно приступить к реанимационным мероприятиям. Чтобы спасти человека у Вас есть 3-5 минут, для этого запомните алгоритм действий:

- Для запуска остановившегося сердца с высоты 30-40 см от груди больного наносится сильный удар в грудь ребром ладони, сжатой в кулак (**прекардиальный удар**). После прощупайте пульс на сонной артерии. Если его нет – переходите к непрямому массажу сердца и искусственному дыханию.
- Подложите под шею больного валик, сооружённый из подручных предметов. Максимально закиньте голову больного назад. При необходимости очистите салфеткой ротовую полость.
- Примерно 15 нажатий на грудь должны чередоваться с двумя полными выдохами в рот или нос. Периодически проверяйте пульс на сонной артерии.
- Спасательные мероприятия следует продолжать до приезда скорой помощи. После прибытия бригады скорой помощи, предоставьте медикам возможность сделать всё необходимое.

**ПОМНИТЕ, что инфаркт миокарда можно предотвратить!**

Чтобы избежать развития болезни, необходимо своевременно проходить обследование сердечно-сосудистой системы и наблюдаться у врача-кардиолога.