

Памятка для пациента:

Что делать, если при исследовании состояния сердца на аппарате «Кардиовизор» выявлены некоторые отклонения

Факты о неспецифических изменениях в мышце сердца:

1. Неспецифические изменения в миокарде чаще всего определяются случайно после проведения электрокардиографического обследования. Кардиовизор, благодаря специальной обработке сигналов по электрокардиограмме, способен уловить более точно даже самые незначительные нарушения работы сердца.
2. Изменения на электрокардиограмме, соответствующие «дистрофии» миокарда, имеют место почти у каждого десятого здорового человека.
3. Интенсивность обмена веществ и скорость обновления функционирующих структур в мышце сердца намного выше, чем в скелетной мышце, именно поэтому сердце в первую очередь страдает при нехватке питания и кислорода.



Если при обследовании сердца в центре здоровья Вы получили заключения:

- ✓ метаболические изменения в миокарде;
- ✓ незначительные нарушения процессов реполяризации;
- ✓ неспецифические изменения в миокарде:

1. Прежде всего, не нужно пугаться, о любых серьезных и опасных нарушениях врач скажет бы Вам и направил на дополнительное обследование и лечение.
2. Вы должны знать, что умеренные функциональные изменения на электрокардиограмме встречаются у многих здоровых людей без заболеваний сердца.
3. Однако халатно относиться к этому заключению не нужно, такие нарушения на электрокардиограмме говорят о том, что где-то в организме есть сбой, и из-за этого сердце в полном объеме не получает необходимых питательных веществ, кислорода, энергии, либо страдает от токсинов, физических и психических перегрузок.
4. У сердца огромные резервы, но Вы должны понимать, что и они не бесконечны. Если сердце будет продолжать постоянно работать в напряженном режиме и дефиците, то вначале может развиваться обратимая миокардиодистрофия, а затем и необратимые изменения в миокарде.



Миокардиодистрофия – это нарушение питания мышечных волокон сердца из-за нарушения обмена веществ и дефицита энергии в миокарде, приводящее к обратимой на ранних стадиях развития дистрофии кардиомиоцитов и клеток проводящей системы сердца, что клинически проявляется жалобами и различными расстройствами сердечной деятельности.

Сердце – мощный насос, который снабжает все наши органы и ткани питательными веществами и кислородом.

Любые изменения в мышце сердца развиваются, если организму требуется много пищи, энергии, кислорода, а самому сердцу не хватает питания, чтобы обеспечить такой объем работы!

Основные причины метаболических изменений в миокарде

1. Уменьшение поступления в организм и миокард веществ, необходимых для восстановления расходуемых ресурсов.

2. Токсическое воздействие на миокард, из-за чего кислород и питательные вещества не могут проникнуть в клетку.

3. Повышенные физические, умственные, психические нагрузки, вызывающие расход энергии, в результате чего сердце не может восстановиться.

Ответив на следующие вопросы, постарайтесь самостоятельно проанализировать, какие причины вызывают подобную реакцию со стороны Вашего сердца:

- 1) Потребляете Вы с пищей в нужном количестве строительные материалы и источники энергии – белки, жиры и углеводы?
- 2) Достаточно ли Вы получаете витаминов и микроэлементов, есть ли у Вас признаки их дефицитов?
- 3) Регулярно ли Вы питаетесь?
- 4) Постоянно ли Вы занимаетесь физкультурой?
- 5) Достаточно времени Вы уделяете отдыху, нет ли у Вас выраженного переутомления и перенапряжения?
- 6) Спите Вы столько, сколько нужно (не менее 7 часов)?
- 7) Вы много времени проводите на свежем воздухе?
- 8) Вы регулярно испытываете стрессы и негативные эмоции?
- 9) У Вас частые простудные заболевания?
- 10) Есть у Вас хронические заболевания, такие как анемия, эндокринная патология?
- 11) Насколько Вы связаны с производственными и бытовыми токсическими веществами?
- 12) Есть ли у Вас аллергия, признаки отравления и интоксикации?

Оцените ответы на вопросы по пятибалльной шкале от 0 до 5 и выберите те 3-5 позиций, которые в первую очередь необходимо скорректировать.

Профилактика и коррекция миокардиодистрофии в первую очередь – это изменение образа жизни:

- ✓ обеспечение полноценного, особенно по содержанию белков и витаминов, питания, соответствующего по калорийности энергетическим расходам организма;
- ✓ исключение воздействия на организм производственных и бытовых токсических веществ;
- ✓ санация очагов хронической инфекции, раннее и адекватное лечение заболеваний;
- ✓ физкультура и спортивные занятия, способствующие формированию экономного режима расхода энергии в миокарде, с тренировкой систем регуляции сердечной деятельности;
- ✓ для ускорения восстановления миокарда врачами широко используются препараты и методы, улучшающие энергетические и метаболические процессы в сердце.