

ИБС: ЧТО ВЫ И ВАШИ БЛИЗКИЕ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ



Фотография: © Bobo / Fotolia

УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

У вас – *хроническая ишемическая (коронарная) болезнь сердца*, сокращенно ИБС. Это заболевание может привести к опасным осложнениям, например инфаркту.

Не всегда легко отличить кратковременное обострение болезни от серьезной, критической ситуации. Зачастую переход незаметен. Данный информационный листок поможет распознать экстренные случаи и оптимально отреагировать на них. Мы также дадим советы для ваших близких.

Что делать в экстренном случае

Необходимо немедленно вызвать помощь!

Звоните по номеру **112**.

Сообщите:

- кто звонит
- что случилось (например, подозрение на инфаркт)
- где вы находитесь
- что уже сделано, чтобы снять приступ (например, вы использовали нитроспрей)

До приезда врача:

- старайтесь сохранять спокойствие
- примите лекарство для снятия приступа
- снимите тесную одежду
- если вы дома одни, откройте дверь в квартиру или дом

Общую информацию об этом заболевании вы найдете в информационном листке «Ишемическая болезнь сердца» и рекомендациях для пациентов «Хроническая ИБС», см. серый блок на обороте.

ПРИЗНАКИ КРИТИЧЕСКИХ СИТУАЦИЙ

На экстренные ситуации указывают:

- сильные боли в области груди, которые могут отдавать в затылок, шею, челюсти, лопатки, руки, верхнюю часть живота
- чувство сильного сжатия, сдавливания в грудной клетке
- сильная одышка, удушье
- обильное отделение холодного пота
- тошнота, рвота
- страх смерти
- бледно-серый цвет лица
- симптомы наблюдаются дольше нескольких минут
- симптомы возникают в состоянии покоя
- симптомы не проходят, хотя физической нагрузки больше нет (например, ходьба по лестнице)
- симптомы не проходят, хотя вы приняли препарат для снятия приступа (например, использовали нитроспрей)

При сердечном приступе могут наблюдаться и менее характерные симптомы. Некоторые люди больше жалуются на боли в животе в сочетании с тошнотой и рвотой. Особенно часто так бывает у женщин. Но практически все пациенты говорят, что им стало «совершенно неожиданно очень плохо».

Не всегда так просто отличить кратковременное обострение от серьезной, критической ситуации. Зачастую переход незаметен.

Если вы не уверены, действительно ли ваше состояние опасно, свяжитесь как можно скорее со специалистом, например лечащим врачом или службой дежурных врачей: номер телефона по всей Германии – **116 117**.

Если вы считаете, что ждать больше нельзя, срочно вызывайте службу спасения (врача скорой помощи).

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ

▶ ИБС: действия в экстренных случаях

▶ ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ ЗАРАНЕЕ

Приступ часто начинается внезапно, неожиданно. Поэтому важно быть подготовленным.

- Специалисты советуют всегда носить с собой лекарство для снятия приступа, например нитраты в виде спрея, капель, капсул.
- Попросите лечащего врача показать вам, как точно нужно принимать это лекарство.
- Важно всегда вовремя пополнять запас лекарственных средств.
- Полезно сообщить близким и коллегам, что при вашем заболевании могут быть приступы. Расскажите им, что нужно делать в таких случаях. Вашему близкому человеку рекомендуется пройти курс первой помощи.
- Также неплохо положить в кошелек записку с указанием вашего заболевания и перечнем медикаментов, которые вы принимаете. Запишите также номера телефонов ваших близких и лечащего врача.

▶ КАК МОГУТ ПОМОЧЬ БЛИЗКИЕ

Когда из-за остановки сердца человек теряет сознание, счет идет на минуты. До приезда врача вы можете сделать следующее:

- Позвоните в службу **112** или попросите сделать это кого-нибудь другого.
- Немедленно начните делать массаж сердца:
 - Больной лежит на спине.

- Вы стоите на коленях на уровне груди.

- Поместите ладонь одной руки в центр грудной клетки.

- Другую ладонь положите сверху.

- Вытянутыми руками сильно нажимайте на грудную клетку до глубины приблизительно 5-6 см.

- Важен быстрый темп: около 2-х раз в секунду.

- Это очень утомительно. Меняйтесь по возможности с кем-нибудь через каждые пару минут.

- Нажимайте, пока не придет профессиональная помощь или больной не придет в себя.

- Производя эти действия, вы все делаете правильно. Нельзя мешкать из-за боязни сделать что-нибудь не так. Людям без опыта не нужно делать потерявшим сознание искусственное дыхание. Они уже и так оказывают неоценимую помощь.

- В публичных местах, например на больших вокзалах, в залах ожидания, часто бывают дефибрилляторы. Этот прибор вы узнаете по знаку: Воспользуйтесь им, если это возможно. Прибор снабжен голосовой инструкцией с пошаговыми объяснениями, что нужно делать. Не использовать его было бы неправильно.



Рисунок: Patrick Rebacz / www.visionom.de



▶ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Данная информация основана на **рекомендациях для пациентов «Хроническая ИБС»:**
www.patienten-information.de/patientenleitlinien/khk

Рекомендации были составлены в рамках программы Национальных рекомендаций по медицинскому обеспечению. Финансируется Федеральной врачебной палатой (BÄK), Федеральным объединением врачей больничных касс (KBV) и Комиссией научно-медицинских обществ.

Бюллетень «ИБС: когда сужены сосуды сердца»: www.patienten-information.de

Методика и источники: www.patienten-information.de/kurzinformationen/koronare-herzkrankheit-notfall#methodik

Контактные данные организаций взаимопомощи

Данные организаций взаимопомощи по месту жительства вы узнаете в NAKOS (Национальный контактный и информационный центр создания и поддержки групп взаимопомощи): www.nakos.de, Тел. 030 3101 8960

Ответственный за содержание:

Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)

По заказу Федерального объединения врачей больничных касс (KBV) и Федеральной врачебной палаты (BÄK)

Факс: 030 4005-2555

Эл.почта: patienteninformation@azq.de

www.patienten-information.de

www.azq.de



С рекомендацией