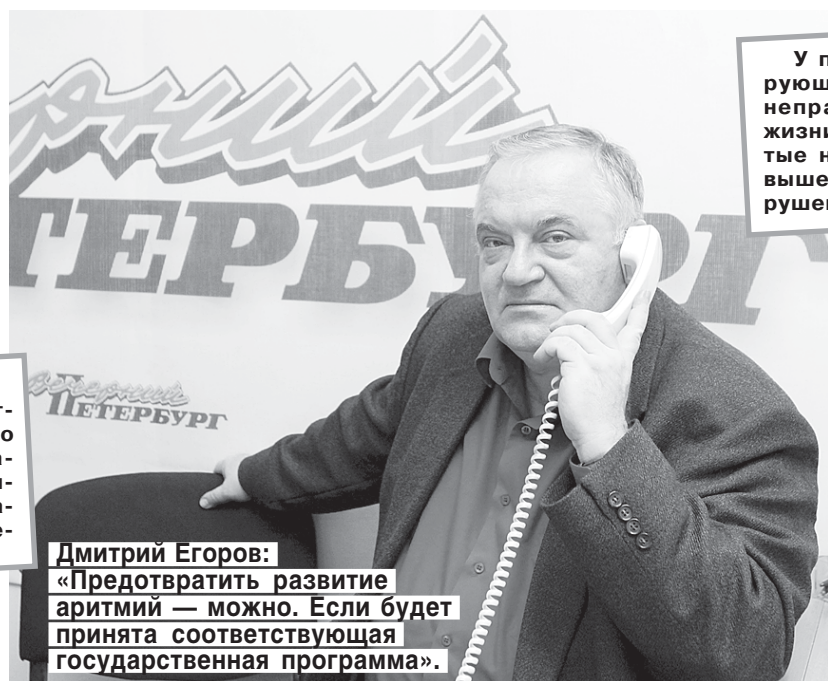


Если наш главный мотор работает с перебоеми...

В ПЕТЕРБУРГЕ В ГОД ВЫПОЛНЯЕТСЯ БОЛЕЕ ТРЕХ С ПОЛОВИНОЙ ТЫСЯЧ РАЗЛИЧНЫХ ОПЕРАЦИЙ ПРИ НАРУШЕНИЯХ РИТМА СЕРДЦА

Что такое аритмия, многие петербуржцы знают не понаслышке. В нашем городе проживают более 100 тысяч таких больных, включая детей. Проблемам диагностики и лечения аритмии была посвящена горячая линия, прошедшая на днях в «ВП». На вопросы читателей отвечал Дмитрий ЕГОРОВ (на фото), доктор медицинских наук, профессор, председатель правления Санкт-Петербургского общества аритмологов, руководитель отделения хирургического лечения сложных нарушений ритма сердца и электрокардиостимуляций № 31, ведущий научный сотрудник Научно-исследовательского центра Санкт-Петербургского государственного медицинского университета имени академика И. П. Павлова, заведующий научно-исследовательской лабораторией хирургии аритмий у детей Центра сердца, крови и эндокринологии имени Алмазова.



У пожилых людей факторами, провоцирующими развитие аритмии, являются неправильный, малоподвижный образ жизни, избыточный вес, сердечно-сосудистые недуги, в том числе гипертония, повышенная нервозность, эндокринные нарушения.

Если говорить о глобальном: можно ли предотвратить развитие аритмий?

— Да! Для этого нужно снимать ЭКГ у всех новорожденных, затем ЭКГ в детсадовском возрасте, потом при поступлении в школу. Естественно, все данные должны заноситься в компьютер. Есть четкие критерии, позволяющие судить: у этого ребенка с сердцем не в порядке, возможны серьезные осложнения (вплоть до внезапной смерти). То есть тогда мы сможем выявить всех детей из группы риска. Соответственно — проводить им дополнительные обследования и назначать лечение.

Схема проста, но ее реализация, конечно, потребует финансовых вложений.

С другой стороны, проблема хирургического лечения брадикардии и тахикардии у детей в нашем городе решена полностью. Всем нуждающимся детям помощь оказывается бесплатно за счет государственного бюджета на самом современном уровне. Правительство города в течение 18 лет материально поддерживает это направление в здравоохранении. В последние несколько лет Федеральный центр имени Алмазова получил возможность оказывать бесплатную высокотехнологичную помощь при аритмиях всем нуждающимся детям Северо-Западного федерального округа. Считаю это огромным достижением нашего общества.

ПРОГРЕСС МЕДИЦИНЫ БЕЗ ДЕНЕГ НЕВОЗМОЖЕН

Слышал, что в развитых странах людям из группы риска даже специальные приборы вживляют, чтобы ЭКГ снималась постоянно...

— Да, под кожу имплантируют специальные приборы (размером с циферблат наручных часов), которые постоянно снимают ЭКГ, записывая ее на специальный носитель. По мере надобности пациент обращается в клинику, где информация с носителя элементарно считывается. И врач видит, как меняются показатели ЭКГ. Рассчитан такой чудо-прибор на 3 года ношения.

В Бельгии и Голландии, например, на один миллион населения 85 таких приборов. И ведущие кардиологи Европы считают: через 20 лет подобное устройство будет вживлено всем людям из групп риска.

В России же подобных приборов имплантированы единицы.

А как с имплантацией дефибрилляторов сердца?

— Подобные приборы рекомендованы к установке людям с высоким риском внезапной смерти от остановки сердца. В случае остановки сердца прибор в автоматическом режиме включится в работу.

В США, например, власти озоботились этой проблемой (от внезапной остановки сердца в США ежегодно погибает около 300 тысяч человек). И теперь дефибрилляторы активно устанавливают гражданам, причем совершенно бесплатно, хотя каждый прибор стоит 25 тысяч долларов. На сегодня на один миллион американцев приходится 250 таких приборов. А в России можно говорить лишь о единичных случаях. Но и финансиро-

вание нашей медицины и американской сравнивать нельзя. У них выделяется один триллион долларов в год.

Лечится ли аритмия хирургическим путем?

— Самый распространенный на сегодня способ — это «выжигание» крошечного участка, провоцирующего аритмию, и вживление стимулятора. Причем операция проводится без вскрытия грудной клетки, то есть она малотравматична, не требует большого периода реабилитации. У нас эти операции выполняются с 1983 года и доказали свою эффективность. Тысячи прооперированных больных живут полноценной жизнью, работают.

В Петербурге в год выполняется более трех с половиной тысяч различных операций при жизнеугрожающих нарушениях ритма сердца. Сейчас разработаны и радикальные операции, при которых не требуется имплантация стимулятора, что возможно у пациентов с сохраненным миокардом без тяжелых сопутствующих заболеваний.

НОРМАЛЬНАЯ ЧАСТОТА ПУЛЬСА У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ (В ПОКОЕ)

Возраст	Частота пульса (удары в минуту)
Новорожденные	120 — 140
6 месяцев	130 — 135
1 — 2 года	110 — 125
3 — 4 года	100 — 110
5 — 7 лет	90 — 100
8 — 10 лет	80 — 85
11 — 14 лет	70 — 85
15 — 17 лет	65 — 80
Взрослые	60 — 70



Знать, как работает сердце и как его беречь, должен и стар и млад.

МОЖНО СПРАВКУ?

Как определить, что болит именно сердце, а не спина?

— Действительно, боли в грудном отделе позвоночника, в пояснице люди зачастую воспринимают как сердечные. Но независимо от причины боли вам обязательно нужно обратиться к врачу. После проведения ЭКГ, общего обследования больного (а если есть возможность — то после проведения обследования на тренажере — беговой дорожке) выяснится, какая именно проблема со здоровьем именно у вас. Ставить себе самому диагноз — недопустимо.

У моей матери, перенесшей операцию по стентированию, нарушен кальциевый обмен. Можно ли сделать так, чтобы кальций больше не откладывался на различных органах и тканях?

— Радикально, к сожалению, нет. Рекомендемые способы по регуляции обмена веществ могут лишь притормозить процесс.

Насколько можно доверять результатам ЭКГ, сделанной в обычной районной поликлинике? Ведь там и аппаратура старая.

— Как таковая ЭКГ везде делается одинаково. Это лишь электроимпульсы, которые беспристрастно регистрирует прибор. Причем отмечу: приборы старого поколения ничуть не хуже новых. То есть распечатка ЭКГ, сделанной в самой обычной поликлинике, вы можете обратиться и к специалисту, работающему в клинике, оснащенной самой современной диагностической аппаратурой.

Ошибки могут быть в интерпретации результатов ЭКГ. И это реальность. На мой взгляд, таких «неправильных» ЭКГ не менее 5 — 6 процентов. Причем не столько в силу недостаточной компетентности врача, сколько из-за сложности процесса интерпретации.

Отмечу, что ЭКГ куда менее результативна, чем суточный мониторинг сердца. А в идеале пациентам, у которых подозревают проблемы с сердцем, нужно выполнять даже не суточный мониторинг, а семисуточный, по крайней мере — трехдневный.

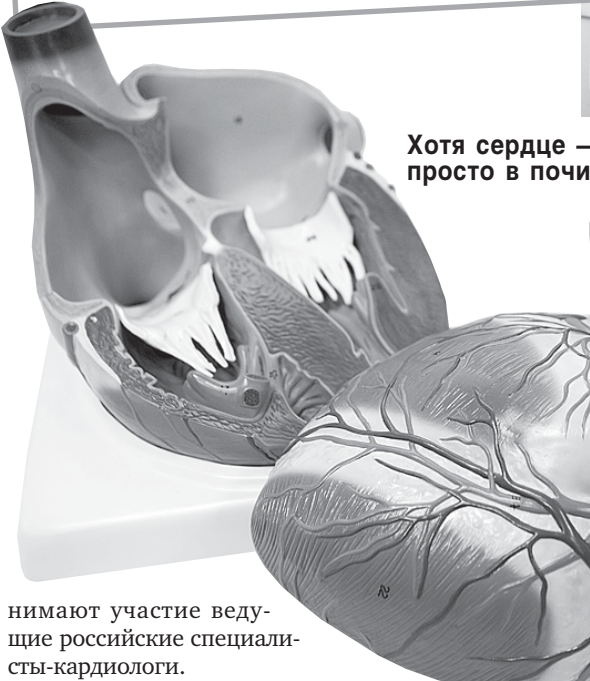
Пожалуйста, приходите ко мне на прием, я посмотрю вашу кардиограмму. Записаться на прием можно по телефону 235-24-16 (больница № 31).

16 — 17 февраля 2012 года пройдет конгресс «Кардиостим». Можно ли мне, человеку сугубо технической специальности, его посетить?

— Пожалуй да. Во время конгресса, который пройдет в гостинице «Прибалтийская», будет работать техническая секция, где, в частности, будут обсуждаться вопросы разработки новой медицинской аппаратуры.

Отмечу: подобные конгрессы проводятся на протяжении 18 лет и в них при-

Аритмии — это нарушения частоты и ритма сердечных сокращений. Наиболее часто встречаются такие формы аритмии, как тахикардия (учащенное сердцебиение), брадикардия (замедленный ритм сердечных сокращений), экстрасистолия (возникновение внеочередного удара сердца).



Хотя сердце — это и мотор, просто в починку его не отдашь.

Дмитрий Егоров: «Предотвратить развитие аритмий — можно. Если будет принята соответствующая государственная программа».

нимают участие ведущие российские специалисты-кардиологи.

Почему ваш конгресс называется славянским?

— Один раз в два года в течение 30 лет во французской Ницце проводится конгресс «Кардиостим». Его организатором был выдающийся кардиолог современности парижанин Жак Мюжика. С его помощью мы организовали российский «Кардиостим», а наши зарубежные коллеги порекомендовали назвать его славянским.

ЧТО ЭТО СЕРДЦЕ СИЛЬНО ТАК БЬЕТСЯ?

Мне 74 года, я страдаю мерцательной аритмией. Врач, который вел меня в больнице, сказал, что два раза в год мне нужно делать курсы кардиостим. А врач в поликлинике говорит, что в этом нет необходимости. И что делать?

— Очень важно найти доктора, которому вы будете доверять. Понимаю, что это сложно, но, если вы хотите, чтобы процесс лечения шел гладко, чтобы у вас с доктором было взаимопонимание и каждое его назначение не принималось «в штыки», это необходимо. Нет хуже, когда пациент, не найдя такого доктора, просто, что называется, обходит всех врачей подряд, обращаясь сразу в несколько медицинских учреждений. И десять докторов могут дать отличающиеся друг от друга советы. Даже если все эти врачи будут профессионалами высокого уровня. Просто потому, что доктора придерживаются различных медицинских школ.

К вам обращается пожилой человек, инвалид-опорник 2-й группы. У меня уже несколько раз была зафиксирована мерцательная аритмия. Как мне проверить сердце? Ходить в поликлинику я не могу.

— Вызовите на дом вашего участкового терапевта. Вам сделают ЭКГ на дому, если потребуется — вызовут к вам врача-кардиолога. Возможна госпитализация к нам, в больницу № 31.

ВСЕ НАЧИНАЕТСЯ С ДЕТСТВА

У моего тринадцатилетнего сына — тахикардия. Он жалуется, что чуть ли не каждый день у него темнеет в глазах, ноги становятся ватными, он то и гляди теряет сознание...

— Это очень тревожные симптомы. Пожалуй да, срочно обратитесь за медицинской помощью.

Как проверить, нормальный у ребенка пульс или нет? Участковый врач-педиатр ничего такого не

говорит, но я переживаю: моя мать страдает мерцательной аритмией. Ребенку 4 года.

— Если пульс у 4 — 5-летнего ребенка в состоянии покоя достигает 150 и больше биений в минуту — это плохо. Нужно срочно проводить детальное обследование у специалистов. Вообще постоянный пульс 150 — 160 опасен в любом возрасте.

К сожалению, очень часто родители и не замечают, что у ребенка есть проблемы с сердцем.

Что должно насторожить родителей? Жалобы ребенка на слабость (даже не-

большую), утомляемость, потливость, иногда носогубной треугольник становится светлым. В школьном возрасте дети могут плохо учиться (60 процентов детей, страдающих аритмией, имеют проблемы с учебой именно из-за состояния здоровья). Также возможно и замедленное физическое развитие.

Крайне опасный признак — головокружения у детей, предобморочные состояния. Пожалуй да, не списывайте подобные признаки на «проблемы подросткового возраста». Мол, это все гормоны, ребенок подрастет — и все само собой уляжется. Срочно обратитесь за медицинской помощью!

Ежегодно в Санкт-Петербурге нарушения сердечного ритма выявляются у 600 — 750 мальчиков и девочек.

Кстати, мы первыми в стране еще в 1993 году смогли организовать специализированное отделение по лечению аритмий у детей (на базе больницы № 31). В Москве — и то подобное отделение было открыто позже. Ежегодно мы госпитализируем около 300 — 350 маленьких пациентов.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ОПРОС

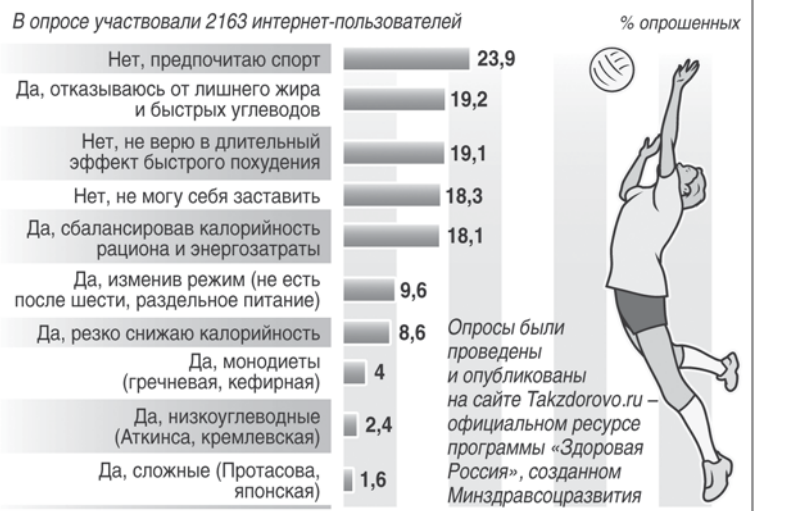
Как показал опрос, для 75% россиян здоровый образ жизни — это отказ от курения, 64,9% считают, что это рациональное питание, 62% — занятие спортом

ЧТО ДЛЯ ВАС ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ?



ИСПОЛЗУЕТЕ ЛИ ВЫ ДИЕТЫ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ?

Как показал опрос, 23,9% россиян предпочитают занятия спортом диетам, 19,2% опрошенных отказываются от лишнего жира и быстрых углеводов, 19,1% не верят в длительный эффект быстрого похудения



Источник: Минздравсоцразвития (www.minzdravsoct.ru)

Профилактика аритмий

- Начинается с рождения. Очень важно длительное кормление грудью, а в дальнейшем — здоровое питание ребенка (свести к минимуму употребление консервированных продуктов, а также продуктов, вызывающих аллергию). Желательно употреблять овощи и фрукты, выращенные в нашем регионе.
 - Делать профилактические прививки против детских инфекций (если нет противопоказаний). Помните: тяжело протекающие детские инфекции могут дать осложнения на сердце ребенка.
 - Если вы или ваш ребенок заболели ОРВИ, гриппом, ангиной, то сидите дома и лечитесь как полагается. Ходить на занятия даже при не самой высокой температуре (37 — 37,6 градуса) — нельзя (увеличивается риск осложнений!) Особенно опасны ангина и грипп. Они могут дать осложнения на сердце.
 - Следите, насколько тепло ваши дети одеваются при выходе на прогулку. Не позволяйте подросткам в холодную погоду носить трусики-стринги, короткие куртки, тонкие колготки. Переохлаждение может привести к целому ряду заболеваний, в том числе урологическим, гинекологическим, к проблемам с сердцем.
 - Помните, что курение и алкоголь наносят колоссальный вред организму, особенно формирующемуся. Очень опасны ранние интимные связи. В том числе и потому, что заболевания, передаваемые половым путем, негативно сказываются и на работе сердца. Сейчас хирурги все чаще сталкиваются с ситуациями, когда в сердцах пациентов обнаруживаются хламидии и прочие инфекции.
 - И учтите: сердечно-сосудистая система будущего ребенка закладывается в самом начале беременности. Срок беременности до 6 недель в этом отношении наиболее важен. Так что ваши бесполезные привычки могут нанести огромный вред будущему ребенку.
 - Если вы решили записать ребенка в спортивную секцию, предварительное медицинское обследование — очень важно! Если у ребенка есть проблемы с сердцем, большие физические нагрузки их резко усугубят. Статистика свидетельствует: каждый 529-й ребенок (обычно это мальчики в возрасте до 18 лет) погибает от внезапной остановки сердца. Причина — та же аритмия, вовремя не выявленная и не леченная.
 - Работающим гражданам важно соблюдать режим труда и отдыха, обязательно использовать полагающиеся отпуска. Перегрузки организма ни к чему хорошему не приведут! И старайтесь высыпаться хотя бы в выходные.
 - Умеренная физическая нагрузка обязательна! Для пожилых людей предпочтительны: плавание, ходьба (в том числе nordic walking, с палками), лыжи, велосипед. Больше ходите пешком.
 - Обратите внимание на питание: оно должно быть сбалансированным и умеренным.
- (Подробные советы для тех, кто хочет отодвинуть старость, вы можете прочесть в приложении «Здоровье» — в номере «ВП» за 2 октября)