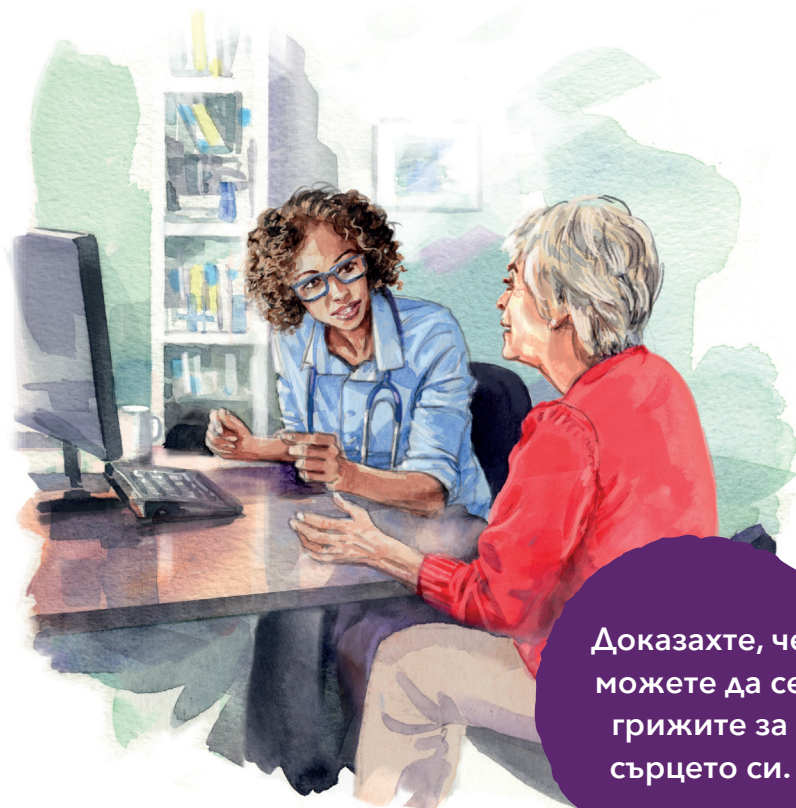


СЪРЦЕТО ПОМНИ!

Информация за пациенти 1 година след инфаркт

Готови ли сте за добри новини?



Докажете, че
можете да се
грижите за
сърцето си.



BulSIC 
Българско дружество по
интервенционална кардиология

Поздравления!

Докажете, че можете да се грижите за сърцето си.

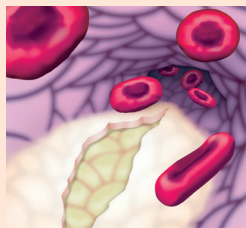
Вашият инфаркт се случи преди година и животът Ви вече е по-спокоен. Справяте се чудесно с промените в начина на живот, препоръчани от Вашия лекар. Възможно е да се чувствате много по-добре, защото полагате добри грижи за себе си и своето сърце.

Важно е да помните, че въпреки че инфарктът Ви се е случил преди известно време, рискът от сърдечносъдови проблеми остава. Наличието на един инфаркт води до по-голяма вероятност и в бъдеще да имате проблеми свързани със сърцето. Затова продължавайте да се грижите за себе си.

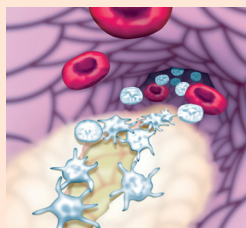


Помните ли как се случва инфарктът?

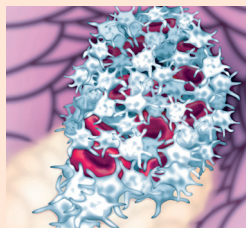
По стените на артериите с течение на времето е възможно да се натрупат мастни образувания, които образуват малки отлагания и които могат в даден момент да се спукат, увреждайки артерията.



Тялото се опитва да поправи увреждането с помощта на кръвни клетки, наречени тромбоцити, които се съединяват една с друга, предизвиквайки образуването на съсирек, който действа като лепенка.



Съсирекът пречи на преминаването на кръвта и намалява или спира притока на кръв към сърцето (инфаркт).



Докато сте били в болница, лекарите може би са изчистили запушването на артерията и са поставили едно или повече устройства, наречени стентове, за да поддържат артерията отворена.

Въпреки тези интервенции, сърцето Ви има много артерии и може да се образува нов съсирек във всяка една от тях.

Добри новини след Вашия инфаркт

През последната година помагахте на сърцето си, като направихте промени в начина си на живот, препоръчани от лекаря. Добрата новина е, че доказахте, че можете да се грижите за сърцето си.



Добри новини след Вашия инфаркт

Вашият инфаркт се случи преди година и може да се изкушавате да мислите за него като лош спомен, който е останал в миналото.

Но Вие вече знаете, че след като веднъж сте получили инфаркт, сте в риск да получите нов инфаркт, инсулт или смърт от заболяване, свързано със сърцето или кръвоносните Ви съдове.

Ако сте на възраст 65 или повече години или имате заболявания като диабет, бъбречно заболяване или заболяване на повече от една артерия на сърцето, Вашият риск за ново сърдечносъдово събитие е още по-висок.

През последната година приемахте следните антитромбоцитни лекарства, препоръчани Ви от Вашия лекар:

Друга добра новина е, че се справяте добре и е време за следващата стъпка.

Време е, ако Вашият лекар прецени, да се намали дозата



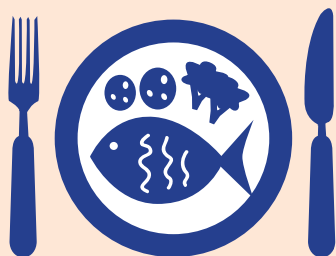
Посетете Вашия кардиолог



Продължаването на приема на антитромбоцитните лекарства може да намали риска от нов инфаркт, инсулт или смърт от заболяване, свързано със сърцето или кръвоносните съдове, така че посетете Вашият кардиолог, за да обсъдите дали продължаването на терапията с в по-ниска доза е подходящо за Вас.

Продължете да се грижите за сърцето си

Не забравяйте, че някои здравословни промени в начина на живот могат също да Ви предпазят от бъдещи проблеми, свързани със сърцето:



Здравословната и балансирана диета може да Ви помогне да отслабнете, да намалите кръвното налягане и да намалите нивата на лошия холестерол

Отказването от тютюнопушенето е едно от най-добрите неща, които можете да направите за сърцето и здравето като цяло.



Продължете да се грижите за сърцето си



Физическата активност може да помогне за контролиране на теглото, намаляване на кръвното налягане, намаляване на лошия холестерол и повишаване на нивото на добрия холестерол

Приемайте Вашите лекарства, както е указал Вашият лекар, за да намалите риска от нов инфаркт, инсулт или смърт от заболяване, свързано със сърцето или кръвоносните съдове.



Опитайте се да не мислите за инфаркта като за лош спомен от миналото. Вместо това го използвайте като напомняне, че трябва да се грижите за сърцето си всеки ден.



Бележки

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Защита за Вашето сърце и след първата година

Уверете се, че разбирате всичко, което трябва да знаете за продължаващия риск от сърдечносъдови проблеми. Споделяйте всяка информация с Вашия лекар, но също така и със семейството и приятелите си, които могат да Ви помогнат да се грижите за сърцето си.

Дата на следващия преглед:



www.bgcardio.org

BulSIC+
Българско дружество по
интервенционална кардиология

AstraZeneca 