

НАШ КОНСУЛЬТАНТ



С чего НАЧАТЬ?

Как победить гипертонию? Ответ на этот вопрос во всем мире пока еще не найден. Но, если это заболевание удастся диагностировать на ранних стадиях, это помогает предотвратить многие серьезные осложнения. О возможностях современной диагностики сердечно-сосудистых заболеваний мы беседуем с главным врачом лаборатории «Дитрикс» Л. И. СТАНКЕВИЧ.

— Любовь Ивановна, к чему может привести резкое повышение артериального давления?

— Повышение давления ухудшает снабжение тканей кислородом. Одним из факторов риска при гипертонии является увеличение уровня холестерина в крови. Сам по себе холестерин необходим для человека. Он входит в состав мембран клеток тела, используется для синтеза многих гормонов, витамина D, необходимых для пищеварения желчных кислот.

Избыток холестерина, поступающего в организм с некоторыми продуктами питания, может откладываться на стенках артерий в виде бляшек, которые сужают сосуды. Так развивается атеросклероз, который приводит к сердечной недостаточности. Если

бляшки достигают большого размера или осложнены тромбом, они могут полностью перекрыть артерию. Это препятствует прохождению крови по сосудам, нарушается доставка в ткани кислорода и питательных веществ, что приводит к ее отмиранию. Когда такие нарушения происходят в области сердца, возникает инфаркт миокарда, в головном мозге — мозговой инсульт.

— А как справиться с повышенным холестерином?

— Лучший способ борьбы с избыточным холестерином — это профилактика его накопления. Необходимо правильно питаться, больше двигаться, отказаться от курения. Причем при выборе продуктов питания нужно опасаться избытка не

только животных жиров, но и твердых растительных (таких, как пальмовое и кокосовое масло), которые сегодня часто используются при изготовлении низкокалорийных тортов и мороженого. К сожалению, одним только «здоровым образом жизни» нормализовать холестерин удается не всегда. Тогда на помощь приходят гиполлипидемические препараты, применение которых под контролем врача предотвращает инфаркты и инсульты.

— Какие тесты Вы рекомендуете гипертоникам?

— Очень важно проверить, как далеко зашли атеросклеротические изменения, не страдает ли человек сердечной недостаточностью, что может выявить тест pro-BNP, совсем

недавно вошедший в официальный российский протокол, необходимо проверить состояние сосудов с помощью теста Д-димер. А совсем недавно мы начали проводить исследование на катехоламины, выявляющее количество в крови адреналина, норадреналина и дофамина. Такие исследования показывают, нормально ли работают надпочечники, нарушение функций которых также приводит к повышению артериального давления. Наши возможности с каждым днем возрастают. Главное, чтобы они пошли на пользу людям и вовремя помогли им избежать серьезных проблем со здоровьем.

Беседовала
Лидия ДАВЫДОВА

Внимание!
Акция!

С 18 по 24 июня в лаборатории «Дитрикс» будет проводиться акция по диагностике крови на катехоламины.

В эти дни вы можете пройти исследование со скидкой.



РЯДОМ С НАМИ

Сигнал к ДЕЙСТВИЮ

Возможность пройти быстро и качественно обследование в лаборатории «Дитрикс» оценили уже не только чертановцы, но и жители других районов Москвы, приезжие из Подмосковья и даже из других городов. А перед сдачей крови на анализ здесь каждому измеряется артериальное давление (АД).

Эта бесплатная услуга не кажется излишней тем, кто и так озабочен отклонениями своего давления от нормы, а для тех, кто давно его не измерял, показания прибора часто становятся неожиданностью. Иногда неприятной. После обследования каждый получает карточку, где не только указаны измеренные цифры верхнего (систолического) и нижнего (диастолического) давления, но и указаны интервалы всех существующих категорий АД.

Пациент, который раньше и не задумывался о том, каким должно быть давление, получает представление о норме, подразделяющейся на три категории: оптимальное — не выше 120/80, нормальное — менее 130/85, повышенное нормальное — 130–139/85–89. Повышенным давлением характеризуются различные степени гипертонии: 1-я (мягкая) — 140–159/90–99, 2-я (умеренная) — 160–179/100–109, 3-я (тяжелая) — более 180/более



110, пограничная — 140–149/менее 90, изолированная систолическая гипертония — более 140/менее 90. В карточке даются следующие пояснения: «Термины „мягкая“, „пограничная“, „тяжелая“, „умеренная“, приведенные в классификации, характеризуют только уровень артериального давления, но не степень тяжести заболевания. В повседневной клинической

практике принята классификация артериальной гипертонии Всемирной организации здравоохранения, основанная на поражении так называемых органов-мишеней. Это наиболее частые осложнения, возникающие в головном мозге, глазах, сердце, почках и сосудах».

Информация о повышенном давлении — это сигнал к действию. Поэтому в карточке реко-

мендуется проверить в таких случаях работу сердечно-сосудистой системы, и указаны соответствующие профили исследований, проводимых в лаборатории «Дитрикс». Это сердечный профиль (АСТ, АЛТ, ЛДГ, КФК, КФК-МВ, Na+, K+, Cl-, Ca++, тропонин, миоглобин, pro-BNP, С-реактивный белок) и липидный профиль (холестерин, триглицериды, глюкоза, ЛПВП, ЛПНП, аполипопротеин А-1, аполипопротеин В, индексы атерогенности). Это уникальная возможность пройти необходимые исследования, многие из которых нет возможности провести в лабораториях районных поликлиник. Так что, впервые узнав о повышенном давлении, не стоит откладывать заботу о своем здоровье «на потом». Нужно срочно проконсультироваться со специалистами, в том числе из лаборатории «Дитрикс», разобраться в причинах недомогания и начать лечение.

По материалам
лаборатории «Дитрикс»

ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ

Лечитесь ВОВРЕМЯ!

Все чаще артериальную гипертонию называют эпидемией XXI века. Об этом говорилось на пресс-конференции, которая состоялась 14 мая в Центральном доме журналиста.

Брифинг на тему «Как победить артериальную гипертонию?» открыл председатель Союза журналистов России Всеволод Богданов. Обращаясь к представителям московских и российских СМИ, пишущим на социальные темы, он отметил, что повышение продолжительности жизни в нашей стране — это проблема проблем, и ее решение может стать национальной идеей.

Смертность от сердечно-сосудистых заболеваний по-прежнему занимает первое место в России. О том, каков масштаб этого бедствия, рассказал академик Евгений Чазов, генеральный директор Российского кардиологического комплекса. Евгений Иванович сообщил, что пять лет назад в нашей стране была принята федеральная программа борьбы с артериальной гипертонией, которая позволила повысить выявляемость этого заболевания на ранних стадиях — с 400 тысяч случаев в 2000 году до 750 тысяч в 2005 году. Всем пациентам было предложено соответствующее лечение и рекомендации о соблюдении необходимой диеты в сочетании с физическими нагрузками (такую информацию можно было получить не только у лечащего врача, но и в «Школах здоровья»).

Все эти меры помогли снизить смертность от сердечно-сосудистых заболеваний. И все-таки в прошлом году в нашей стране ушли из жизни 1 млн. 300 тыс. человек, из них 600 тыс. — от инфаркта и 400 тыс. — от инсульта (кровоизлияния в мозг). Это происходит из-за того, что сегодня в России 40% населения испытывает повышенное артериальное давление, но лишь каждый шестой знает о своем заболевании и своевременно получает необходимое лечение.

Чтобы справиться с тяжелыми последствиями гипертонии, по мнению Евгения Чазова, необходимо, в первую очередь, решить следующие задачи: добиться, чтобы каждый гражданин знал, какое у

него артериальное давление, донести до каждого врача современные методы лечения гипертонии, создать новые методики диагностики сердечно-сосудистых заболеваний. При этом Евгений Иванович отметил, что даже в рамках национального проекта «Здоровье» оснащение медицинских учреждений современным диагностическим оборудованием идет по стране очень медленно из-за недостатка средств, выделяемых местными бюджетами. А вот темпы распространения гипертонии среди населения, к сожалению, постоянно растут. Среди факторов риска возникновения сердечно-сосудистых заболеваний — плохая экология, стрессы, неправильное питание, пристрастие к алкоголю, малоподвижный образ жизни. От таких болезней не застрахована и молодежь. Евгений Иванович даже привел в пример случай обширного инфаркта у 23-летней девушки.

Чтобы привлечь как можно больше россиян к проблемам со здоровьем, которые при ранних стадиях гипертонии остаются незамеченными, в нашей стране уже не первый год проводится Всероссийская акция «Проверь свое давление». В этом году было решено провести ее 25–26 мая в 60 городах России. Об этом рассказал Сергей Наконечников, вице-президент благотворительного фонда «Артериальная гипертония». Он напомнил, что цель этой акции, проводимой в крупных супермаркетах, фитнес-клубах и бизнес-центрах, — привлечь внимание людей к своему давлению. Обычно, 30–40% граждан впервые узнают о том, что давление у них повышено и получают рекомендации обратиться к врачу.

На прощанье, академик Чазов пожелал журналистам следовать простому совету и постараться донести его до читателей: «Гипертонии не нужно доводить до больницы. Лечитесь вовремя!».

Лидия ДАВЫДОВА



Служба выезда на дом

Все виды анализов

Тест на пищевую непереносимость

388-33-22
ул. Кировоградская, 38-1
8.00-20.00 без выходных
www.ditrix.ru

СКИДКА ДЛЯ ДВОИХ — 10% КАЖДОМУ!

5% скидка для предъявителя