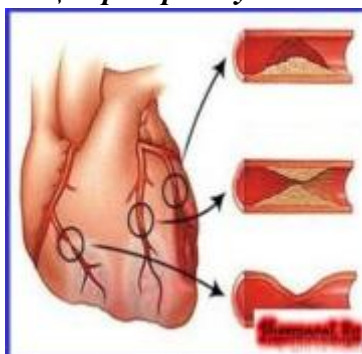


Памятка по оказанию самопомощи при неотложных кардиологических состояниях.

Самопомощь при приступе стенокардии.



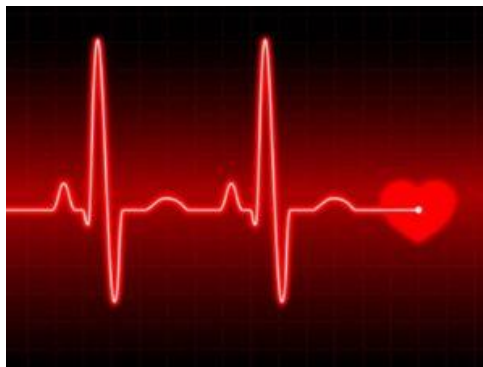
1. Если боль возникает во время нагрузки – немедленно прекратить ее и по возможности удобно, без напряжения сесть с опущенными ногами.
2. Обеспечить доступ свежего воздуха
3. Принять одну таблетку нитроглицерина под язык, а лучше – впрыснуть под язык 1 дозу нитроглицерина (нитро-спрей) или изосорбида динитрат (изокет-спрей). При отсутствии эффекта использовать указанные препараты повторно с интервалом в 5 минут трехкратно.
4. Если боль не проходит – незамедлительно вызвать врача скорой помощи.
5. Как можно раньше разжевать 0.25 – 0.5 мг простого аспирина (ацетилсалициловая кислота).
6. При учащенном сердцебиении (ЧСС более 85-95 в мин) как можно раньше принять 10 – 40 мг пропранолола (анаприлин) или 25 – 50 мг метопролола внутрь при отсутствии противопоказаний (при отсутствии хронического обструктивного бронхита с обострением и Бронхиальной астмы).

Самопомощь при повышении артериального давления.



1. Удобно сесть с опущенными ногами.
2. Принять один из следующих препаратов для снижения АД :
каптоприл по 25 мг под язык или внутрь, при недостаточном эффекте назначают повторно через 30 – 60 мин и/или принять под язык моксонидин 0,2 мг. Для усиления действия могут быть рекомендованы сочетания с диуретиками (мочегонными). При выраженном эмоциональном напряжении – корвалол 40 капель внутрь.
3. При повышении АД, сопровождающемся ангинозной болью, удушьем, одышкой, тяжелой неврологической симптоматикой, значительным ухудшением общего состояния, следует сразу же вызвать врача скорой помощи, до его приезда применять рекомендованные средства самопомощи.

Самопомощь при аритмиях.



1. Удобно сесть, а при наличии резкой слабости, головокружении – лечь с приподнятыми ногами.
2. Обеспечить доступ свежего воздуха.
3. При экстрасистолии, тахикардии, обусловленных эмоциональном перенапряжении, может быть полезен прием 40 капель корвалола, анаприлин 10-40 мг под язык (при отсутствии противопоказаний).
4. При реципроктных наджелудочковых тахикардиях рекомендуют выполнение вагусных проб:
 - натуживание при зажатом носе и закрытой голосовой щели.,
 - поочередной массаж путем надавливания на область каротидных синусов в направлении позвоночника при отсутствии противопоказаний(стенозирующий атеросклероз брахиоцефалических сосудов, ОНМК в анамнезе, систолический шум на сонных артериях),
 - вызывание рвотного рефлекса путем механического раздражения глотки, проглатывание маленького кусочка льда, погружение лица в ледяную воду.
5. Если аритмия сопровождается резким ухудшением состояния(ангинозная боль, резкая слабость, удушье), то обращаться за медицинской помощью.