**14 февраля – Международный День осведомлённости о пороках сердца**

14 февраля – международный День распространения информации о врожденном пороке сердца. Такой день был учрежден канадской некоммерческой благотворительной организацией Children's Heart Society, которая предоставляет помощь семьям детей с врожденными и приобретенными пороками сердца. Инициативу поддержали другие организации из разных стран, так день стал международным.

Заболевания сердечно-сосудистой системы широко распространены и многообразны, они поражают людей всех возрастных групп. Среди них пороки сердца занимают значительную часть. Пороки сердца могут быть у взрослых людей и у новорожденных.

Пороки сердца – это изменения структуры сердечных клапанов, атриовентрикулярных отверстий или отходящих от сердца сосудов, возникшие вследствие различных заболеваний и приводящие к нарушениям внутрисердечного и системного кровотока. Пороки сердца бывают врожденными и приобретенными. Среди всех пороков сердца на долю приобретенных пороков приходится 98-99% и лишь 1-2% составляют врожденные пороки сердца.

Врожденные пороки возникают вследствие нарушения внутриутробного развития плода под влиянием различных факторов. Причины могут быть как внутреннего характера, так и внешнего: наследственные заболевания, изменения гормонального фона беременной женщины, неблагоприятные экологические факторы, инфекционные болезни, воздействие медикаментов или токсинов и многих других обстоятельств.

Приобретенные пороки сердца чаще всего являются следствием перенесенных заболеваний: ревматизма, инфекционного эндокардита, системные заболевания соединительной ткани, атеросклероза, ишемической болезни сердца, сифилиса. У молодых людей причиной приобретенных пороков чаще всего бывают ревматизм или инфекционный эндокардит, а у людей старшего возраста – атеросклероз и ишемическая болезнь сердца. В результате названных выше нарушений структуры клапанов или сужение отверстий, возникают застой и переполнение камер сердца, а это приводит к перенапряжению сердечной мышцы. Пока перенапряжение умеренные, а организм молодой и сильный, ему удается справляться с перенапряжением. Эта стадия болезни называется стадией компенсации. Чаще всего на этой стадии болезнь выявляется при профилактических осмотрах или при обращении больного к врачу по другим причинам.

Пациенты с пороками сердца главным образом страдают от признаков сердечной недостаточности. Они испытывают затруднения дыхания, особенно сильно в ночное время, что связано с горизонтальным положением тела и повышением давления в сосудах легких. По тем же причинам их может беспокоить приступообразный кашель. Больные (особенно с ВПС) очень быстро устают, даже после совсем незначительной физической активности, им постоянно хочется спать, у них кружится голова, и они даже могут упасть в обморок. Из-за увеличенной печени пациент чувствует тяжесть или тянущие, ноющие боли в правом подреберье. К вечеру сильно отекают ноги. Часто беспокоят ноющие боли в левой половине груди, приступы сердцебиения, неприятные ощущения в грудной клетке. У пациентов с определенными ВПС постоянно возникают инфекции нижних дыхательных путей.

Для выявления пороков сердца современная медицина использует множество разных методик, среди которых - ЭКГ, рентгенография сердца, ЭХО-КГ.

Для лечения пороков сердца, как правило, используются хирургические операции, а дополнительно может назначаться медикаментозная терапия. Если порок выявлен на ранней стадии и есть возможность его радикального лечения, то прогноз обычно благоприятный, но при отсутствии своевременной диагностики и возможности оперативного вмешательства многие пороки сердца могут приводить к осложнениям и летальному исходу.

Профилактика развития приобретённых пороков сердца.

К мероприятиям по предупреждению развития приобретенных пороков сердца относятся профилактика ревматизма, септических состояний, сифилиса. Для этого проводится санация инфекционных очагов, закаливание, повышение тренированности организма.

При сформировавшемся пороке сердца с целью предупреждения сердечной недостаточности пациентам рекомендуется соблюдать рациональный двигательный режим (пешие прогулки, лечебная гимнастика), полноценное белковое питание, ограничение приема поваренной соли, отказаться от резких перемен климата (особенно высокогорного) и активных спортивных тренировок.

При выявлении у больного порока сердца, его необходимо взять на диспансерный учет и рекомендовать: избегать тяжелых физических нагрузок, рационально питаться, нормализовать вес тела, отказаться от курения и злоупотребления алкоголем. Эти простые правила позволят предотвратить прогрессирование болезни.

Отделение медицинской профилактики поликлинического отделения

ГБУЗ «ЦРБ Апшеронского района» МЗ КК