

29 сентября 2023 года – Всемирный день сердца

В нашей жизни невозможно обойтись без заботы о своем сердце. Одному из самых важных человеческих органов – сердцу, которое 24 часа в сутки, не замирая ни на секунду, перекачивает кровь по нашему организму и поддерживает жизнь в теле человека посвящен международный праздник – Всемирный день сердца (World Heart Day), который ежегодно отмечают 29 сентября. Впервые он был организован в 1999 году по инициативе Всемирной федерации сердца. Эту акцию поддержали Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), ЮНЕСКО и другие значимые организации.

Всемирный день сердца – это глобальная кампания в области здравоохранения, ее цель – повысить осознание в обществе опасности, которая вызвана эпидемией сердечно-сосудистых заболеваний в мире, а также инициировать всеобъемлющие профилактические меры в отношении ишемической болезни и мозгового инсульта во всех группах населения.

На болезни системы кровообращения приходится более половины всех смертей от неинфекционных заболеваний, а значит, инфаркту и инсульту можно уверенно присвоить статус «убийца номер один» среди болезней на планете.

Ценить свое сердце, заботиться о нем, не подрывать его работу вредными привычками призывают кардиологи всего мира. Всемирный день сердца призван напомнить, что профилактика болезней сердца и сосудов возможна и необходима как на популяционном, так и на личном уровне.

Как сегодня каждый из нас может помочь себе? Благодаря несложным профилактическим мерам каждый человек может существенно уменьшить риск развития сердечно-сосудистых заболеваний (ССЗ) у себя и своих близких. Для этого необходимо:

1. Не менее 30 минут физической активности четыре-пять раз в неделю. Важно помнить, что активность у каждого человека может быть разной.

2. Правильное питание:

- в рацион необходимо включать 5-6 порций овощей и фруктов в сутки (1 порция приблизительно – одно яблоко или один апельсин);

- ограничить потребление соли в день до пяти граммов (одна чайная ложка). Учтите то, что практически во всей потребляемой нами пищи содержится натрий хлорид;

- необходимо контролировать и размеры порций. Даже дети должны питаться правильно. Избыточное питание – риск развития болезней сердца.

3. Курение необходимо полностью исключить. Активное или пассивное – в любом, из этих двух случаев, организму причиняется значительный вред.

4. Знать уровень своего артериального давления должен каждый! Именно он определяет во многом риск развития ССЗ. Если Ваше АД 140/90 и выше необходимо обратиться к врачу!

5. Контролировать свой уровень холестерина и глюкозы крови следует раз в год с тридцати пяти лет. Однако, если наследственность является неблагоприятной, проверки рекомендуется проводить с двадцати лет.

Выполняя эти несложные рекомендации, можно снизить риск развития

заболеваний сердца в десятки раз, а преждевременной смерти от ССЗ – на 80 процентов.

Кардиологическая медицинская помощь оказывается в УЗ «Витебский областной клинический кардиологический центр» (далее Центр), который является головным учреждением кардиологической службы Витебской области с коечной мощностью 222 койки. В структуре Центра: отделение анестезиологии и реанимации – 12 коек; первое кардиологическое отделение – 40 коек; второе кардиологическое (интервенционной кардиологии) отделение – 40 коек; кардиологическое отделение нарушений ритма сердца и проводимости – 40 коек; ангиографический кабинет, отделение функциональной и ультразвуковой диагностики, клиничко-диагностическая и областная гемостазиологическая лаборатории, рентгеновский кабинет и организационно-методический отдел с мониторинговым центром.

В Центре населению области и г. Витебска оказывается экстренная и плановая высококвалифицированная, специализированная и высокотехнологичная кардиологическая помощь в стационарных и амбулаторных условиях, включающая в себя обследование, лечение и реабилитацию.

В филиале РЦ «Железняки» организована работа двух отделений: ранней медицинской реабилитации на 50 коек с 3-мя койками палаты интенсивной терапии и стационарной медицинской реабилитации на 40 коек.

Всего в учреждении работает 398 человек, из них 66 врачей, 150 специалистов со средним специальным медицинским образованием. Специалисты Центра – это хорошо подготовленные, перспективные врачи и медицинские сестры.

Амбулаторно-поликлиническая помощь пациентам оказывается в кардиологическом диспансерном отделении. В отделении организована работа кардиологических кабинетов, кабинета профилактики, кабинета для пациентов с нарушениями ритма сердца и проводимости, стационара дневного пребывания. Врачи-кардиологи отделения оказывают консультативную кардиологическую помощь пациентам Витебской области с наиболее сложными и тяжелыми формами болезней системы кровообращения,

Организация работы отделения нарушений ритма сердца и проводимости позволило существенно оптимизировать доступность и качество оказания аритмологической помощи населению, обеспечить его комплексность.

Ангиографический кабинет (далее – АГК) кардиоцентра является одним из областных центров рентгеноэндоваскулярной хирургии. В его условиях оказывается высокотехнологичная рентгеноэндоваскулярная помощь при остром коронарном синдроме, нарушениях ритма сердца и проводимости в условиях ангиографического кабинета, выполняется коронарография, шунтография, периферические и висцеральные ангиографии, аортография, стентирование коронарных, почечных, периферических сосудов, имплантация электрокардиостимуляторов.

Объемы, перечень и качество выполняемых вмешательств растут из года в год.

В отделениях медицинской реабилитации филиала РЦ «Железняки»

организована стационарная реабилитация (ранняя и повторная) пациентов из области, перенесших острый инфаркт миокарда, кардиохирургические и рентгеноэндоваскулярные вмешательства. Отделения оснащены современным реабилитационным оборудованием, медикаментами и расходными материалами. В лечении пациентов используются передовые методы реабилитации.

Отделение функциональной и ультразвуковой диагностики оснащено современным оборудованием. Работу отделения обеспечивают высококвалифицированные специалисты. Врачи, выполняющие эхокардиографию заслуженно считаются одними из лучших. В 2022 отделение было дооснащено 4 аппаратами ультразвуковой диагностики высокого класса, что позволило существенно увеличить объемы и качество ультразвуковых исследований.

В структуре отделения функциональной диагностики работает кабинет контроля и программирования электрокардиостимуляторов, где обслуживаются пациенты с имплантированными электрокардиостимуляторами.

В клинико-диагностической лаборатории выполняется полный спектр лабораторного обследования пациентов с болезнями системы кровообращения.

В рамках Всемирного дня сердца 29 сентября с 10.00 до 14.00 часов УЗ «Витебский областной клинический кардиологический центр» совместно с учащимися УО «Витебский государственный медицинский колледж им. И.П.Антонова» приглашает жителей и гостей города Витебска и Витебской области принять участие в акции «Всемирный день сердца».

В рамках акции будет возможность измерить артериальное давление, пульс, оксигенацию крови, уровень глюкозы в крови, снятия электрокардиограммы, измерения роста и веса, индекса массы тела, окружности талии. Участникам акции смогут принять участие в анкетировании с целью раннего выявления риска сердечно-сосудистых заболеваний. Будет проведена выставка информационно-образовательных материалов, демонстрация видеоматериалов.

Участники акции по предварительной записи по телефону (64-31-46) смогут получить консультацию врача-кардиолога

Врач – кардиолог (заведующий)
кардиологического диспансерного
отделения УЗ «ВОКККЦ»

Н.В.Селезнева