



**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА ЗДОРОВ'Я
МЕДИЧНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ
ТА СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ «КІНЕЗІО»**

**ВСЕУКРАЇНСЬКА КОНФЕРЕНЦІЯ
«МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ
РЕАБІЛІТАЦІЙНІЙ МЕДИЦИНІ»**

20 травня 2022 р., м. Харків

Збірник наукових праць

Випуск 1

Харків – 2022

РЕАБІЛІТАЦІЯ ПІСЛЯ ІНФАРКТУ МІОКАРДА

Шкаберіна В.С., Левков А.А.

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»,
м. Полтава, Україна, levkov.anatolij03@gmail.com

Вступ. Приступ є раптовим блокуванням подачі крові до серця через спазм або тромб. Внаслідок припинення нормальної циркуляції крові серйозно пошкоджується серцевий м'яз, що приводить до серйозних проблем зі здоров'ям (хвороб серцево-судинної системи та внутрішніх органів, кардіогенного шоку). **Мета.** Дослідити етапи реабілітації після інфаркту.

Матеріали та методи. Скільки люди живуть після інфаркту, не знає ніхто. Все залежить від своєчасності надання першої допомоги, перенесених і супутніх захворювань людини та правильності лікування. Відновлення після інфаркту передбачає кардинальні зміни в режимі харчування і спосіб життя.

Результати та їх обговорення. Серце частково відновлюється після інфаркту. Як відновити серце після інфаркту — зона відповідальності кардіолога і того, хто переніс напад. Як зміцнити серце після інфаркту? Потрібно суворо дотримуватися програми реабілітації, проходити планові огляди та вести здоровий спосіб життя. Як виглядає серце після інфаркту, можна побачити за допомогою магнітно-резонансної томографії: на ньому чітко видно рубці.

Етапи реабілітації

У більшості випадків кардіологічна реабілітація передбачає наступні етапи:

- Корегування режиму сну і неспання;
- Перехід на здорове харчування;
- Щоденні прогулянки на свіжому повітрі;
- Перегляд підходу до сексуального життя партнерів;
- Санаторно курортне лікування.

Реабілітація після операції на серці або без неї (якщо немає потреби) полягає у вживанні заходів, спрямованих на попередження розвитку ішемічної хвороби серця, атеросклерозу та інших ускладнень. Для лікування використовують медикаментозну терапію (зокрема антитромбоцитарні препарати).

Є кілька груп препаратів, які допомагають знизити ризик серцевого нападу.

Які препарати допомагають знизити ризик серцевого нападу

Група препаратів	Принцип дії
Інгібітори АПФ	Блокують дію певних гормонів, завдяки чому рівень артеріального тиску знижується. Препарати допомагають вивести воду з організму та розширити судини.
Антиагреганти	Запобігають утворенню тромбів завдяки тому, що знижують здатність крові до згортання.
Бета-блокатори	Розслаблюють серцевий м'яз, знижують швидкість серцебиття. Завдяки цьому артеріальний тиск знижується, і навантаження на серце стає меншим.
Статини	Блокують дію ферменту печінки, який відповідає за вироблення холестерину. Завдяки цьому рівень холестерину знижується, і ризик повторного пошкодження коронарних артерій стає меншим.

Що стосується фізіопроцедур та інших призначень, лікар підбирає їх індивідуально залежно від діагнозу і стану пацієнта. Наприклад, лікування мікроінфаркту проводять з використанням знеболювальних препаратів, а також коронаролітиків (розширюють судини серця).

Фізичні навантаження після інфаркту повинні бути помірними та узгодженими з лікуючим лікарем. Щоб прискорити відновлення потрібно відмовитися від куріння, а за проблем з вагою стежити за тим, щоб не було стрибкоподібного або різкого схуднення. Медики радять регулярно виконувати вправи для фізичної активності: дорослі повинні займатися аеробним навантаженням середньої інтенсивності не менше, ніж 150 хвилин (2 години 30 хвилин) щотижня. Винятки становлять випадки, коли лікар підбирає індивідуальні тренування через наявність супутніх хвороб.

Висновок. Отже, реабілітація після інфаркту передбачає покращення способу життя, заняття фізичною культурою, вечірні прогулянки та курортні відпочинки в центрах реабілітації.