

**Неотложные меры самопомощи и взаимопомощи
при развитии острых жизнеугрожающих состояний**

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОСТРОЙ СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ



Острая сердечная недостаточность (ОСН) - это тяжелое патологическое состояние, которое развивается у больных с различными заболеваниями сердца и гипертонической болезнью. Это одна из наиболее частых причин вызова скорой помощи и госпитализации больных, а также смертности населения нашей страны и всего мира.

Основными проявлениями (симптомами) острой сердечной недостаточности являются:

- Тяжелое, частое (более 24 в минуту) шумное дыхание - одышка, иногда достигающая степени удушья, с преимущественным затруднением вдоха и явным усилением одышки и кашля в горизонтальном положении. Сидячее положение или лежачее положение с высоко поднятым изголовьем облегчает состояние больного.
- Часто при дыхании становятся слышны влажные хлюпающие хрипы/звуки, прерываемые кашлем, в терминальной стадии дыхание приобретает характер клоко-чущего, с появлением пены у рта.
- Характерна сидячая поза больного, упирающегося прямыми руками в колени или сидение (для облегчения дыхания).

Острая сердечная недостаточность может развиваться очень быстро и в течение 30-60 минут привести к смерти больного. В большинстве случаев от первых клинических признаков до тяжелых проявлений ОСН проходит 6-12 и более часов, однако без медицинской помощи абсолютное большинство больных с ОСН погибает.

Мероприятия первой помощи

При появлении у больных с гипертонической болезнью или болезнью сердца (но не легких или бронхов) вышеуказанных симптомов ОСН необходимо:

- **Вызвать скорую медицинскую помощь. Со стационарного телефона – 03, с мобильного телефона – 103.**
- Придать больному сидячее положение, лучше в кресле с подлокотниками, на которые он может опираться и задействовать межреберные мышцы в акт дыхания.



- Обеспечить физический и психоэмоциональный покой и свежий воздух.
- Ноги медленно опустить в емкость (таз, бак, ведро и др.) с горячей водой.
- При наличии опыта по применению нитроглицерина у больного или человека, оказывающего первую помощь, лекарство назначают в дозе 0,4 (0,5) мг (в полость рта под корень языка производят ингаляцию или кладут под язык таблетку/капсулу; капсулу необходимо предварительно раскусить, не глотать). При улучшении самочувствия больного после первого приема нитроглицерина, его принимают повторно, через каждые 5-10 минут, до прибытия бригады скорой медицинской помощи. При отсутствии улучшения самочувствия больного после применения нитроглицерина, его больше не применяют.



Внимание!

- Больному с ОСН необходимо исключить все нагрузки. Категорически запрещается вставать, ходить, курить, пить воду и принимать жидкую пищу до особого разрешения врача.
- Нельзя принимать нитроглицерин при артериальном давлении менее 100 мм рт. ст., при выраженной головной боли, головокружении, остром нарушении зрения, речи или координации движений.

- **Всем больным гипертонической болезнью или болезнью сердца с наличием одышки и отеков на ногах необходимо обсудить с лечащим врачом, какие препараты необходимо принимать при развитии ОСН, четко записать их наименования, дозировку и временную последовательность (алгоритм) их приема, а также уточнить у врача, при каких проявлениях болезни необходимо срочно вызывать скорую медицинскую помощь.**
- **Каждому такому больному необходимо сформировать индивидуальную аптечку первой помощи при ОСН и постоянно иметь ее при себе.**

Источник: Бойцов С. А., Ипатов П. В., Калинина А. М., Вылегжанин С. В., Гамбарян М. Г., Еганян Р. А., Зубкова И. И., Пономарева Е. Г., Соловьева С. Б., «Организация проведения диспансеризации и профилактических медицинских осмотров взрослого населения». Методические рекомендации. Издание 3-е с дополнениями и уточнениями, М., 2015 г.