

Можно ли предупредить инфаркт миокарда?

Да, инфаркта можно избежать!

Симптомы

Иногда инфаркт может протекать атипично и не иметь ярких симптомов. Особенно это касается пациентов с сахарным диабетом.



Одышка в покое и при физической нагрузке

Давящие или жгучие **боли за грудиной**

Дискомфорт за грудиной и тяжесть

Боли могут отдавать в левую лопатку, руку или в нижнюю челюсть

Все **жалобы** обычно усиливаются при физической нагрузке

Рекомендации

Поможет вам снизить риск инфаркта миокарда



Бросьте курить



Будьте физически активны



Контролируйте свои хронические заболевания

Особенно: диабет, артериальную гипертонию



Придерживайтесь здорового питания



Нормализуйте свой вес



Принимайте препараты, которые назначил врач

Если вы в группе риска не забывайте проходить обследования

- Уровень холестерина и его фракции;
- На глюкозу;
- Креатинин;
- Мочевину (в случае, если есть артериальная гипертония);
- ЭХО кардиографию.

Для более детального обследования врач может назначить коронароангиографию.