

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ АТЕРОСКЛЕРОЗІ

Крюкова К.К., Невелика А.В., Сафронов Д.В.

Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна,
krukova.k.2369@gmail.com.

Вступ. На сьогодні відомо, що серцево-судинна патологія – основна причина захворюваності, інвалідності та смертності в Україні. 40 % українців хворіють на серцево-судинні захворювання. Щороку 440 тисяч людей у нашій країні помирають від ССЗ. Хвороби серцево-судинної системи, а саме атеросклероз найчастіше зустрічається у чоловіків віком 50-60 років, у жінок старше 60 років.

Статистика ВООЗ свідчить, що українці від хвороби серця та судин вмирають не лише у 2-4 рази частіше, ніж у країнах ЄС, але й раніше: 30–44-річні українські чоловіки помирають в 6 разів частіше, ніж в країнах ЄС. Починаючи із 15–17 років частота хвороби серця та судин різко зростає, майже 37% дорослого населення має різні патології або захворювання серцево-судинної системи.

Мета дослідження. Проаналізувати та охарактеризувати патогенез, етіологію, клінічну картину, лікування та профілактику атеросклерозу.

Матеріали та методи. Аналіз і узагальнення літературних джерел та джерел інтернету .

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз літератури показав, що атеросклероз це патологічний процес, який характеризується утворенням бляшок-відкладень з холестерину, ліпідів та ліпофактів на внутрішній поверхні та власній оболонці судин будь-якого калібру (еластичного та м'язово-еластичного типів), що призводить до їх звуження і тромбозу, розростання сполучної тканини (фіброз та склероз) й відкладення кальцію.

Літературні джерела показали, що етіологія і патогенез атеросклерозу мають ендogenous фактори (спадковість, стать, вік) і екзогенні (інтоксикація, артеріальна гіпертензія, хвороби обміну, переїдання та ін.).

На сьогодні відомо такий патогенез, який проходить в декілька стадій. На першій стадії ліпопротеїди відкладаються в інтимі (внутрішній шар судинної сітки) артерій у вигляді ліпідної плями.

На другій стадії вони зв'язуються з протеогліканами, окиснюються та спричиняють міграцію до них клітинних елементів із крові — лімфоцитів і моноцитів, які перетворюються на макрофаги.

На третій стадії макрофаги захоплюють ліпопротеїди (ендоцитоз) та перетворюються на пінисті клітини, що вивільняють біологічно активні сполуки (цитокіни та численні фактори росту).

На четвертій стадії біологічно активні сполуки стимулюють ріст клітин, збільшення бляшки та активацію місцевого запалення, міграцію до бляшки клітин непосмугованих (гладеньких) м'язів, синтез колагену.

Аналіз літератури показав, що фактори ризику атеросклерозу поділяються на постійні і такі що можуть змінюватися.

До перших факторів належать: чоловіча стать, старший вік, спадковість, постменопауза у жінок.

До других факторів відносяться: цукровий діабет, артеріальна гіпертензія, паління.

Існують різні форми атеросклерозу такі як: церебральний атеросклероз, атеросклероз аорти, атеросклероз судин нижніх кінцівок.

На сьогодні відомі методи, як діагностувати атеросклероз: збір анамнезу та дослідження спадкових факторів; біохімічний аналіз ліпідного спектра крові (показник рівня холестерину, тригліцеридів).

Також до них потрібно додати методи інструментальної діагностики: дуплексне сканування голови; МРТ судинної системи; комп'ютерна томографія; радіоенцефалограма; електроенцефалограма; ангіографія судин головного мозку.

Лікування атеросклерозу включає в себе усунення або зменшення факторів ризику патологічного процесу та включає в себе медикаментозне та хірургічне лікування. При лікуванні атеросклерозу необхідно по-перше змінити спосіб життя (фізичні вправи, відмова від паління, раціональне харчування; лікарські препарати використовують для зниження рівня холестерину, перешкоджання утворенню тромбів, зниження артеріального тиску, уповільнення серцебиття, запобігання серцевим нападам). Для профілактики та лікуванні атеросклерозу використовують фізичну терапію, яка зменшує артеріальний тиск, нормалізує судинний тонус, відновлює фізичну працездатність, активізує обмін речовин. Необхідно використовувати заняття фізичними вправами, плаванням, прогулянками пішки, їзда на велосипеді, а також здорове та раціональне харчування, збільшення кількості овочів на фруктів, відмова від паління та алкоголю.

Висновки. Фізична терапія при лікуванні атеросклерозу судин є використання фізичних вправ, плавання, ранкова гігієнічна гімнастика. Регулярні заняття фізичними вправами, корегують артеріальний тиск та нормалізують судинний тонус.

Перспективи подальших досліджень в цьому напрямку, це розроблення комплексу вправ та впровадження його в лікування атеросклерозу.