

Ежегодно в мире празднуют **Всемирный день сердца** — в 2021 году в России его отметят в 21-й раз. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), сердечно-сосудистые заболевания являются основной причиной смерти во всем мире, ежегодная смертность составляет около 17,5 миллиона человек.

ИБС, гипертоническая болезнь, кардиомиопатии, наряду с бронхиальной астмой, хронической обструктивной болезнью легких, сахарным диабетом 2 типа, хронической болезнью почек, онкологическими заболеваниями не увеличивают риск заболеть COVID-19, но определяют более тяжелое течение заболевания.

Воздействие вируса может привести к декомпенсации сопутствующих сердечно-сосудистых заболеваний вследствие несоответствия возросших метаболических потребностей и сниженного сердечного резерва, увеличив госпитальную летальность, спровоцировать в отдаленном периоде миокардит, инфаркт миокарда и желудочковую тахикардию, а также у пациентов, перенесших оперативные вмешательства на сосудах сердца и переболевших COVID-19, может увеличиться риск развития тромбоза стентов и шунтов.

Выявить признаки ишемической болезни сердца, инсульта, транзиторных ишемических атак, определить суммарный абсолютный и относительный сердечно-сосудистый риск, степень насыщения крови кислородом, оценить клинический, биохимический анализ крови, ЭКГ в покое, оценить состояние сердца скрининговым методом дисперсионного картирования ЭКГ, рассчитать индекс массы тела, плечелодыжечный индекс, процентное соотношения воды, мышечной ткани и жировой ткани (биоимпедансометрия), при выявлении показаний получить направления на дальнейшие обследования, а так же спланировать рацион питания, режим физической активности с учетом возможных рисков, получить информацию об методах отказа от табакокурения и злоупотребления алкогольными напитками можно в рамках Всемирной диспансеризации 1 раз в 3 года, профилактического медицинского осмотра ежегодно, обследований в Центре здоровья ежегодно, а также в рамках углубленной диспансеризации, показанной через 60 дней после перенесенной COVID-19 инфекции и по личной инициативе гражданина, не переболевшего новой коронавирусной инфекцией с подачей заявления на имя главного врача поликлиники.



Для оценки риска возникновения тромботических осложнений после перенесенной COVID 19 инфекции, у пациентов имеющих заболевания сердца и сосудов, рекомендуется определять уровень D-димера в крови, по показаниям проходить УЗИ вен нижних конечностей и УЗИ сердца.

Напоминаем, что **с целью профилактики коронавирусной инфекции лицам старше 60 лет** необходимо:

- Реже посещать общественные места, меньше пользоваться общественным транспортом
- Обязательное ношение маски в местах массового скопления людей, смена маски

каждые 2 часа

- Мыть руки с мылом (после кашля, чихания, возвращения с улицы, после контактов с упаковками из магазина)
- Просите своих близких помочь с оплатой коммунальных услуг, приобретением продуктов.
- Пользуйтесь влажными салфетками для дезинфекции. Протирайте ими сумки, телефоны, книги и другие предметы, которые были вместе с вами в общественных местах и в транспорте.
- При повышении температуры, одышке, кашле, боли в мышцах, утомляемости вызывать ковид-бригаду на дом или вызвать скорую медицинскую помощь.

Помните, что при появлении лихорадки, кашле, увеличение одышки у больного хронической сердечной недостаточностью при подозрении на инфекцию COVID-19 необходима 3х часовая термометрия с ведением дневника, ежедневный контроль объем выпитой и выделенной жидкости, АД, веса пациента (взвешивание в стандартных условиях натошак), так как любая лихорадка существенно влияет на водно-солевой обмен и увеличивает нагрузку на сердце при хронической сердечной недостаточности. Резкое сокращение приема жидкости (меньше 1,5 л) при лихорадке у больного с ишемической болезнью сердца нецелесообразно, однако употреблении объема более 2-х литров может привести к нарастанию периферических отеков.

Переболевшим COVID-19 **вакцинирование** с учетом противопоказаний показано не ранее, чем через 6 месяцев после выздоровления, уровень антител IgG, IgM при этом должен быть ниже 10.

Берегите себя и своих близких!