

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

ВЛИЯНИЕ АЛКОГОЛЯ И НИКОТИНА НА СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТУЮ СИСТЕМУ



Известное утверждение - “пить и курить - здоровью вредить” уже никто не ставит под сомнение. Описывая, как связаны алкоголь, курение и ССЗ (или сердечно-сосудистые заболевания), эксперты ВОЗ предупреждают: активное курение увеличивает риск инсульта, ИБС в 2-4 раза, пассивное — на 30%. Кардиологи формально разрешают употреблять до 200 мл красного вина в сутки. Однозначного мнения о вреде и пользе спиртного даже в «профилактических» дозах до сих пор нет.

Негативное *влияние курения на сердечно-сосудистую систему* связано и с наличием в сигаретах окиси углерода, который при вдыхании способствует развитию атеросклероза.

Даже после выкуривания одной сигареты существенно сбивается ритм сердца. Наблюдается его учащение на 8-10 ударов в минуту, что способствует быстрому изнашиванию сердечной мышцы. Кроме этого, сам никотин увеличивает способность тромбоцитов слипаться, а это в свою очередь способствует образованию тромбов. В то же время, повышая выброс адреналина в кровь, он вызывает недостаточное обеспечение сердечной мышцы кислородом.

Патологическое *влияние курения на сердечно-сосудистую систему* приводит к развитию таких болезней:

- Атеросклероз.
- ИБС. Все формы от стенокардии до инфаркта миокарда и кардиосклероза.
- Тахикардия.
- Гипертония.

Итак, никотин связывается с рецепторами симпатической нервной системы. Артерии сужаются, сердце начинает работать с удвоенной силой, проталкивая кровь через сосуды меньшего сечения. Растет пульс, давление. Сердце постоянно работает в условиях перегрузки. Даже в состоянии покоя, когда человек не должен ни бежать, ни принимать важных решений. Регулярное курение фактически постоянно «держит» сосуды в спазмированном состоянии. Ухудшается переносимость физических нагрузок.

Никотин нарушает и механизм расслабления артерий после сокращения. Все ткани курильщика страдают от гипоксии.

Высокая концентрация липидов и разрушение клеток эндотелия (внутреннего слоя) сосудов приводит к образованию и разрыву холестериновых бляшек. Но никотин «не останавливается на достигнутом»: растет риск атеросклероза, меняется состав и скорость движения крови. Она становится более густой, а в мелких сосудах образуются «заторы» из тромбоцитов. Сгустки приклеиваются к повреждениям в эндотелии. Образуются тромбы.

Риск смерти от сердечного приступа у курильщика вырастает на 100%. Не расставаясь с сигаретой, человек может «заработать» гипертоническую болезнь, инфаркт или инсульт, атеросклероз, гангрену. Кроме того, никотин ускоряет метаболизм в среднем на 20%. Это означает, что те лекарственные препараты, что человек уже принимает для лечения ССЗ, выводятся из организма гораздо быстрее, требуется повышение дозировки.

Эксперты ВОЗ утверждают, что 20 сигарет в день повышают риск смерти в 4 раза.

Пагубное *влияние алкоголя на сердечно-сосудистую систему* связано с учащением сердцебиения, повышением кровяного давления и нарушением кровообращения.

Попавший в кровь этанол на протяжении 5-7 часов заставляет сердце работать с повышенной нагрузкой. На сосуды алкоголь действует двухфазно: сначала сильно расширяет, а потом сужает. Это приводит к чрезмерным нагрузкам на сердце и нарушению его работы. Чаще всего **влияние алкоголя на сердечно-сосудистую систему** заканчивается такими проблемами:

- Кардиомиопатия.
- Все формы ИБС, в том числе инфаркт.
- «Бычьё» (пивное, иногда увеличенное в 1,5 раз от нормы) сердце и ожирение эпикарда.
- Атеросклероз.
- Аритмия.
- Гипертоническая болезнь.

Токсическое влияние алкоголя на элементы крови и сердечно-сосудистую систему таково:

1. Высокие концентрации спирта разрушают эритроциты (патологический гемолиз).
2. Спазм коронарных сосудов, аритмии, в том числе опасные для жизни. Нарушается питание сердечной мышцы, развивается вторичная алкогольная кардиомиопатия.
3. Высокая дозировка этанола приводит к формированию артериальной гипертензии.
4. Алкоголь — высокоэнергетическая субстанция, при избытке калорий он метаболизируется в липиды, прогрессирует атеросклероз.
5. Нарушается электролитный баланс, это также приводит и возникновению аритмий.

Хронические заболевания у алкоголика

Употребление алкоголя в количествах, превышающих допустимые нормы, становится причиной хронических заболеваний или острых жизнеугрожающих состояний, среди которых:

- гипертоническая болезнь;
- инфаркты инсульта у лиц молодого возраста;
- пароксизмальная или постоянная форма фибрилляции предсердий.

Артериальная гипертензия может развиваться на фоне употребления от 500 мл вина в неделю.

Причина болезни — гиперфункция коры надпочечников, нарушение регуляции сосудистого тонуса и токсическое влияние этанола на нервную систему.

К последствиям злоупотребления алкоголем относят и развитие варикозной болезни. Страдают вены таза и нижних конечностей. Небрежное отношение алкоголиков к своему здоровью становится причиной тяжелого течения и развития осложнений — тромбоза, тромбофлебита, трофических язв. Состояние вен таза может усугубляться из-за цирроза печени, при котором формируется портальная гипертензия.

Алкогольная кардиомиопатия или повреждение миокарда - частое заболевание у лиц, злоупотребляющих спиртными напитками. Форма сердца меняется, его стенка становится более тонкой, полости расширяются. Постепенно развивается хроническая сердечная недостаточность.

Кардиомиопатия встречается намного чаще, чем диагностируется. Причина в том, что больные не спешат к врачу. Вероятность развития коррелирует с количеством этанола и длительностью алкоголизации. Зарубежные эксперты указывают, что болезнь развивается у лиц, употребляющих алкоголь в объеме от 50% суточного каллоража (или от 125 мл этанола) и «стажа» более 10 лет.

Первая стадия заболевания напоминает нейроциркуляторную дистонию с жалобами на боли в области сердца, ощущение нехватки воздуха, нарушения сна, потливость, умеренное повышение артериального давления.

Вторая стадия развивается при стаже от 10 лет. Возникает одышка при незначительной физической нагрузке. Сердце начинает расширяться, полости увеличиваются, возможны аритмии. Возникают отеки нижних конечностей. Печень увеличивается, в легких влажные хрипы.

При продолжении алкоголизации изменения нарастают, болезнь переходит в 3 стадию с тяжелыми проявлениями хронической сердечной недостаточности. Около 75% таких больных умирают в течение 3 лет.