





**Атеросклероз (от греч. athera – каша и sklerosis – плотный) – это хроническое заболевание, при котором на внутренней стенке артерий откладываются холестерин и другие жиры в форме налетов и бляшек, а сами стенки уплотняются, деформируются и теряют эластичность. Это приводит к сужению просвета артерий (иногда вплоть до полной ее закупорки) и, соответственно, к затруднению тока крови к органам и нарушению их питания. Атеросклероз является одной из частых причин инвалидности и преждевременной смерти. Заболевание носит глобальный характер: атеросклерозом страдает около 80% мужчин и 40% женщин во всем мире.**

### КАК РАЗВИВАЕТСЯ АТЕРОСКЛЕРОЗ?

У здоровых людей кровь свободно циркулирует по кровеносным сосудам, снабжая все органы кислородом и другими питательными веществами. Когда в крови содержится избыточное количество холестерина, то на внутренней оболочке сосудов накапливаются жировые массы. На поверхности этого «нароста» постепенно начинает откладываться тромб, состоящий из скопления тромбоцитов и белков крови, который еще больше сужает просвет артерии. Оторвавшийся от тромба кусочек может полностью закупорить сосуд и стать причиной развития инфаркта или инсульта.

### КАК ПРОЯВЛЯЕТСЯ АТЕРОСКЛЕРОЗ?

Клиническая картина атеросклероза зависит от степени поражения артерий и от органа, который кровоснабжает данная артерия.

**При поражении сосудов ног** появляются жалобы на приступообразную боль в одной или обеих ногах, которая возникает, как правило, при ходьбе. В основном болят икроножные мышцы, стопа, реже – мышцы бедра. При остановке боль стихает. Может беспокоить зябкость ног, ощущение «мурашек». В более поздних стадиях присоединяются трудно заживающие язвы.

**При поражении сосудов головы** отмечается снижение памяти, головные боли, головокружения, шум в ушах, слабость, трудно поддающиеся обычному лечению.

**При поражении почек** часто возникает симптоматическая артериальная гипертензия, а при поражении восходящей части аорты – артериальная гипертензия с повышенным систолическим (верхним) давлением при нормальном или сниженном диастолическом (нижнем) давлении.

Более четкие признаки определит врач.



### У КОГО ВЫСОКИЙ РИСК РАЗВИТИЯ АТЕРОСКЛЕРОЗА?

- У лиц с повышенной массой тела (особенно абдоминальный тип ожирения)
- У лиц с повышенным уровнем артериального давления
- У курящих
- У лиц с повышенным уровнем холестерина (а именно: холестерина липопротеинов низкой плотности) и триглицеридов
- У лиц, родственники которых имели

**атеросклероз, ишемическую болезнь сердца, сахарный диабет 2 типа**

**- У женщин после менопаузы или 55 лет, у мужчин после 45 лет**

**- У лиц, пребывающих в состоянии «хронического стресса»**

### КАК ВЫЯВИТЬ АТЕРОСКЛЕРОЗ?

Начало заболевания выявить очень сложно, так как первые симптомы практически всегда возникают на фоне уже развившихся изменений со стороны внутренних органов. Поэтому необходимо систематически наблюдаться у Вашего доктора, периодически контролируя уровень липидов и холестерина в крови, особенно если у Вас имеются предрасполагающие факторы риска.

**Современные методы обследования** позволяют выявлять это заболевание еще на ранних стадиях – для этого разработан метод ультразвуковой доплерографии артерий. Он позволяет оценить размеры бляшек и нарушение кровотока в области сужения сосуда.

Для изучения состояния коронарных (сердечных) сосудов используют **метод коронарографии** — специальным образом выполненные рентгеновские снимки позволяют определить точное местоположение атеросклеротических бляшек и степень сужения просвета артерии.

