

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/309080>

Тип работы: Реферат

Предмет: Медицина

Оглавление

Введение 3

1. Причины сердечно-сосудистых заболеваний 4

2. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний 8

Заключение 11

Литература 12

Введение

Сердце представляет собой один из самых главных органов человека. Это своеобразный насос, «качающий» кровь в сосудистую систему. От правильной работы всей сердечно-сосудистой системы и сердца зависит состояние систем и органов организма. Следовательно от этого так же зависит и длительность жизни человека. В условиях нагрузок, стресса, неправильного питания и плохой экологии, сердцу нужна особая забота.

С каждым годом растет число диагностированных заболеваний сердечно-сосудистой системы, а инфаркт миокарда занимает третье место среди причин смертности населения. Патологии «молодеют», атеросклероз и приобретенные пороки все чаще проявляются в возрасте до 40–45 лет. Среди возможных причин врачи называют малоподвижный образ жизни современного человека, нежелание следить за собственным здоровьем.

Поэтому профилактика болезней системы кровообращения, а также их осложнений состоит в выполнении главных правил, способных отложить «знакомство с инфарктом» до глубокой старости.

Целью данной работы является изучение профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

1. Причины сердечно-сосудистых заболеваний

Сердечно-сосудистые заболевания, наряду с диабетом и онкологическими заболеваниями, крепко сохраняют первенство среди самых опасных и распространенных болезней XX, а теперь уже и XXI века. Свиравствовавшие в давние времена страшнейшие эпидемии оспы, чумы, тифа ушли в былые времена, но их место не осталось пустым. Новым временам соответствуют и новые заболевания. XX век медицина будущего с полным основанием назовет «эпохой сердечно-сосудистых заболеваний».

ССЗ являются основной причиной смерти во всем мире: ни по какой другой причине каждый год не умирает столько людей, сколько от ССЗ;

Данная проблема в разной степени затрагивает страны с средним и низким уровнем дохода. Более 82% случаев смерти от ССЗ происходит в этих странах, практически в равной мере среди женщин и мужчин.

Сердечные заболевания многообразны и протекают по-разному. К причинам сердечно-сосудистых заболеваний относят патологические процессы, затрагивающие сердце (например, ревматический порок), артерии и вены (атеросклероз, флебит), всю ССС (артериальная гипертензия).

Для того, чтобы обозначить главные причины сердечно-сосудистых заболеваний, следует разобраться, какие вообще бывают болезни сосудов и сердца.

Гипертония — стойкий рост кровяного давления из-за ухудшения состояния кровеносных сосудов, сахарного диабета, патологии почек, недостатка магния и кальция, возрастного нарушения обмена веществ, генетики, излишка солей, сбоев в работе вегетативной нервной системы, эндокринных нарушений.

Гипотензия — снижение давления до 100/60 мм рт.ст. на фоне анемии, атеросклероза, инфекционного процесса, миокардита, остеохондроза шейного отдела, сердечной недостаточности, язвы.

Гипертонический криз является тяжелым состоянием, характеризующимся резким повышением АД, требует неотложной помощи. Из-за спазма многие органы недополучают кислород, оказываясь в состоянии гипоксии. Причина ГК кроется в неумеренном употреблении алкоголя, соли, эмоциональных потрясениях и чрезвычайной физической активности.

Атеросклероз — нарушение липидного обмена с последующим накоплением на стенках сосуда холестериновых бляшек, что ведет к ишемическим состояниям и патологическому сужению просвета.

Причины развития сердечно-сосудистого заболевания: малая мобильность, лишний вес, диабет, наследственность, табакокурение, нарушение рациона питания.

Ишемия является нарушением кровотока в коронарных артериях. Из-за сужения сосудов возникает стенокардия и сердечная недостаточность. Причины ИБС: диабет, гипертензия, избыток жирной пищи, стресс, курение.

Инфаркт представляет собой острую форму ИБС с нарушением кровообращения и возможным некрозом (отмиранием) участков тканей. Отягчающие факторы риска: нервное напряжение, гипертония, избыточная масса тела.

Стенокардия — патология, которая развивается на фоне отложения холестериновых бляшек на сосудистых стенках. Просвет сужается, вызывая препятствия нормальному кровотоку.

Мерцательная аритмия является нарушением сердечного ритма по причине высокого АД, сердечной недостаточности, порока клапанов, интоксикации, ИБС, врожденных пороков и опухолей.

Литература

1. Береславская, Е. Б. Заболевания сердечно-сосудистой системы. Современный взгляд на профилактику и лечение / Е.Б. Береславская. - М.: ИГ "Весь", 2019. - 192 с.
2. Гурвич, М. М. Лечебное питание при сердечно-сосудистых заболеваниях / М.М. Гурвич. - Москва: РГГУ, 2020. - 129 с.
3. Мазнев, Н. И. Заболевания сердечно-сосудистой системы. Профилактика и лечение растениями: моногр. / Н.И. Мазнев. - М.: АСС-Центр, 2019. - 124 с.
4. Малышева, Н. С. Лечебные диеты при сердечно-сосудистых заболеваниях / Н.С. Малышева. - Москва: Мир, 2020 - 128 с.
5. Минкин, Р. Б. Болезни сердечно-сосудистой системы / Р.Б. Минкин. - М.: Акация, 2019. - 274 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/309080>