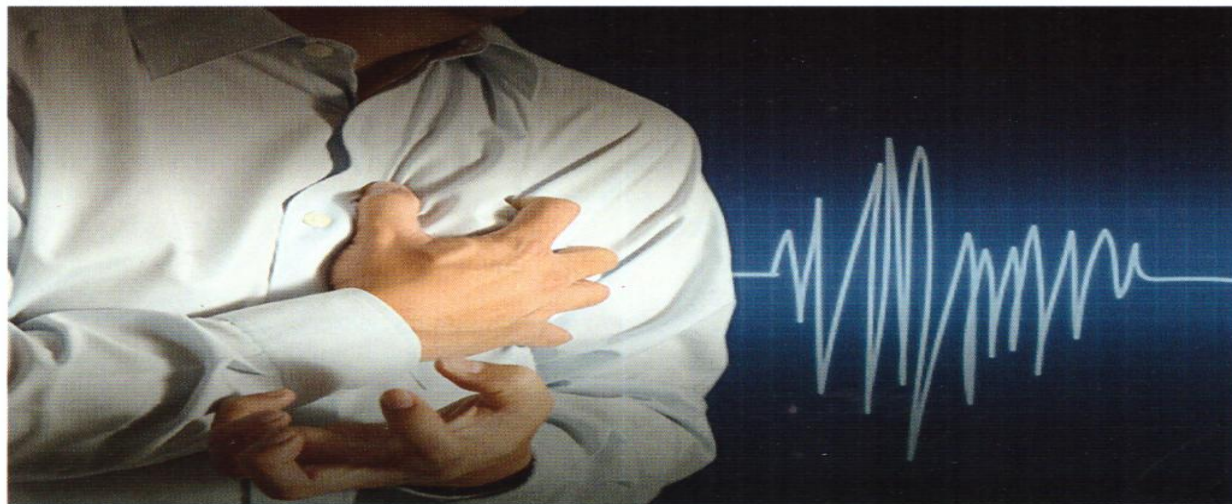


**Неотложные меры самопомощи и взаимопомощи  
при развитии острых жизнеугрожающих состояний**

# **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СЕРДЕЧНОМ ПРИСТУПЕ**

**ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ**



## **Признаки сердечного приступа:**

- внезапно (приступообразно) возникающие давящие, сжимающие, жгущие, ломящие боли в грудной клетке (за грудиной), продолжающиеся более 5 минут;
- боли могут отдавать в область левого плеча (предплечья), левой лопатки, левой половины шеи и нижней челюсти, обоих плеч, обеих рук, нижней части грудины вместе с верхней частью живота;

- нехватка воздуха, одышка, резкая слабость, холодный пот, тошнота - часто возникают вместе, иногда следуют за или предшествуют дискомфорту или болям в грудной клетке;
- нередко указанные проявления болезни развиваются на фоне физической или психоэмоциональной нагрузки, но чаще с некоторым интервалом после них.



### **Алгоритм неотложных действий:**

Если у Вас или кого-либо внезапно появились признаки сердечного приступа, которые держатся более 5 мин. даже при слабой или умеренной их интенсивности - не задумывайтесь, сразу вызывайте бригаду скорой медицинской помощи. Не выжидайте более 10 минут - в такой ситуации это опасно для жизни.

**Вызов скорой помощи со стационарного телефона – 03, с мобильного телефона – 103. Помните, что состояние алкогольного опьянения в этой смертельно опасной ситуации не является разумным доводом для откладывания вызова скорой помощи!**

Если у Вас появились симптомы сердечного приступа, и нет возможности вызвать скорую помощь, то попросите кого-нибудь довезти вас до больницы - это единственное правильное решение. Никогда не садитесь за руль сами, за исключением полного отсутствия другого выбора.

До приезда скорой следуйте инструкции, полученной от лечащего врача, если такой инструкции нет, то необходимо действовать согласно следующему алгоритму:



- ✓ Сразу после возникновения приступа сесть (лучше в кресло с подлокотниками) или лечь в постель с приподнятым изголовьем.
- ✓ Принять 0,25 г ацетилсалициловой кислоты (аспирина) - таблетку разжевать, проглотить. Также принять 0,5 мг нитроглицерина – распылить в полость рта одну ингаляционную дозу, задержав дыхание, или положить под язык таблетку (капсулу). Капсулу предварительно раскусить, не глотать.
- ✓ Освободить шею и обеспечить поступление свежего воздуха (открыть форточки или окно).
- ✓ Если через 5-7 мин. после приема ацетилсалициловой кислоты (аспирина) и нитроглицерина боли сохраняются, необходимо в обязательном порядке вызвать бригаду скорой медицинской помощи и второй раз принять нитроглицерин.



- ✓ Если через 10 минут после приема второй дозы нитроглицерина боли сохраняются, необходимо в третий раз принять нитроглицерин.
- ✓ Если после первого или последующих приемов нитроглицерина появилась резкая слабость, потливость, одышка, необходимо лечь, поднять ноги (на валик и т. п.), выпить 1 стакан воды и далее, как и при сильной головной боли, нитроглицерин не принимать.

## **ВНИМАНИЕ !**

Больному с сердечным приступом категорически запрещается вставать, ходить, курить и принимать пищу до особого разрешения врача.

Нельзя принимать аспирин (ацетилсалициловую кислоту) при непереносимости его (аллергические реакции), а также при явном обострении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Нельзя принимать нитроглицерин при резкой слабости, потливости, а также при выраженной головной боли, головокружении, остром нарушении зрения, речи или координации движений.

*Источник: Бойцов С. А., Ипатов П. В., Калинина А. М., Вылегжанин С. В., Гамбарян М. Г., Еганян Р. А., Зубкова И. И., Пономарева Е. Г., Соловьева С. Б., «Организация проведения диспансеризации и профилактических медицинских осмотров взрослого населения». Методические рекомендации. Издание 3-е с дополнениями и уточнениями, М., 2015 г.*