Автор: admin
20.01.2012 10:25 -

Как продлить жизнь?

В настоящее время одной из наиболее часто встречающихся сердечно-сосудистых патологий является ишемическая болезнь сердца (ИБС). Как считают во Всемирной Организации Здравоохранения, в ближайшие 20 лет ИБС останется лидером в статистике смертности.

В определённой степени ИБС – это результат старения организма, а к факторам риска по данному заболеванию относятся курение, высокое артериальное давление, диабет, высокий уровень холестерина в крови, ожирение. Именно перечисленные причины приводят к преждевременному повреждению внутренней стенки коронарных артерий и развитию атеросклероза. При атеросклерозе просвет артерий сужается, в них ухудшается кровоток, что в свою очередь уменьшает поступление кислорода к сердечной мышце и вызывает ишемию.

Около трети пациентов с ИБС могут не испытывать никаких неприятных симптомов. Остальных же обычно беспокоят боль в области грудной клетки, боль в руке, нижней челюсти, спине, а также одышка, тошнота, чрезмерное потоотделение, нарушение сердечного ритма.

Результаты современных исследований (международное исследование «BEAUTIFUL»: 2008 год, 11 000 пациентов из 33 стран) показывают, что у больных с ИБС, которые имеют частоту сердечных сокращений в состоянии покоя **больше 70 ударов в минуту**, риск сердечно-сосудистой смертности увеличивается на 34%, риск инфаркта миокарда – на 46%, а риск сердечной недостаточности – на 53%. Эти же исследования показали, что у больных с ИБС при пульсе
ниже 70 ударов в минуту
риск всех негативных коронарных событий снижается на 22%, а риск инфаркта миокарда на 36%.

Получается, что частота сердечных сокращений является фактором, влияющим на продолжительность жизни. Риск сердечного приступа и смерти от него намного выше у пациентов с повышенной частотой сердечных сокращений.

При таких обстоятельствах логично поставить задачу снижения пульса у больных с ИБС. В том же исследовании «BEAUTIFUL» это достигалось с помощью лекарственного препарата «Кораксан» («Ивабрадин»). Данный препарат пациенты принимали два раза в сутки. Частота сердечных сокращений в диапазоне 50-60 ударов в минуту поддерживалась на протяжении 18-36 недель у каждого вошедшего в исследование пациента.

Так или иначе, урежение ритма сердца уменьшает количество негативных коронарных событий у больных с ИБС. Разумеется, вопрос о том, как и с помощью каких лекарственных средств достичь этого результата, должен решаться сугубо индивидуально.

Вопрос снижения частоты сердечных сокращений у больных с ИБС обсуждался и на Российском национальном конгрессе кардиологов осенью 2008 года. В дискуссии участвовали ведущие специалисты страны, в том числе легенда отечественной кардиологии академик Евгений Чазов.

В то же время следует отметить, что в общей популяции населения снижение частоты сердечных сокращений (ниже 70) с помощью лекарственных препаратов не приводит к заметному уменьшению риска сердечно-сосудистой смертности. Для практически здоровых людей есть иные способы снижения пульса в состоянии покоя. В принципе ничего нового: регулярные занятия физической культурой, сбалансированное питание, незлоупотребление алкоголем, счастливая семейная жизнь и исключение стрессовых ситуаций. Только возможно ли всё это в комплексе в нашем непростом, непредсказуемом мире?!

* * *

Ряд специалистов полагают, что смерть человека неизбежно наступает после 3 x 10^9 (десять в девятой степени) сердечных сокращений. Природа вроде бы подтверждает подобный вывод: гигантские стокилограммовые галапагосские черепахи имеют 9 ударов сердца в минуту и живут 300 лет.

Сколько проживут другие живые существа, если частоту их сердечных сокращений снизить до подобного уровня? Современная наука об этом умалчивает.

Автор - **Андрей Гусев**

Источник