

# *Школа для пациентов с фибрилляцией предсердий*

## *Сегодняшняя тема:*

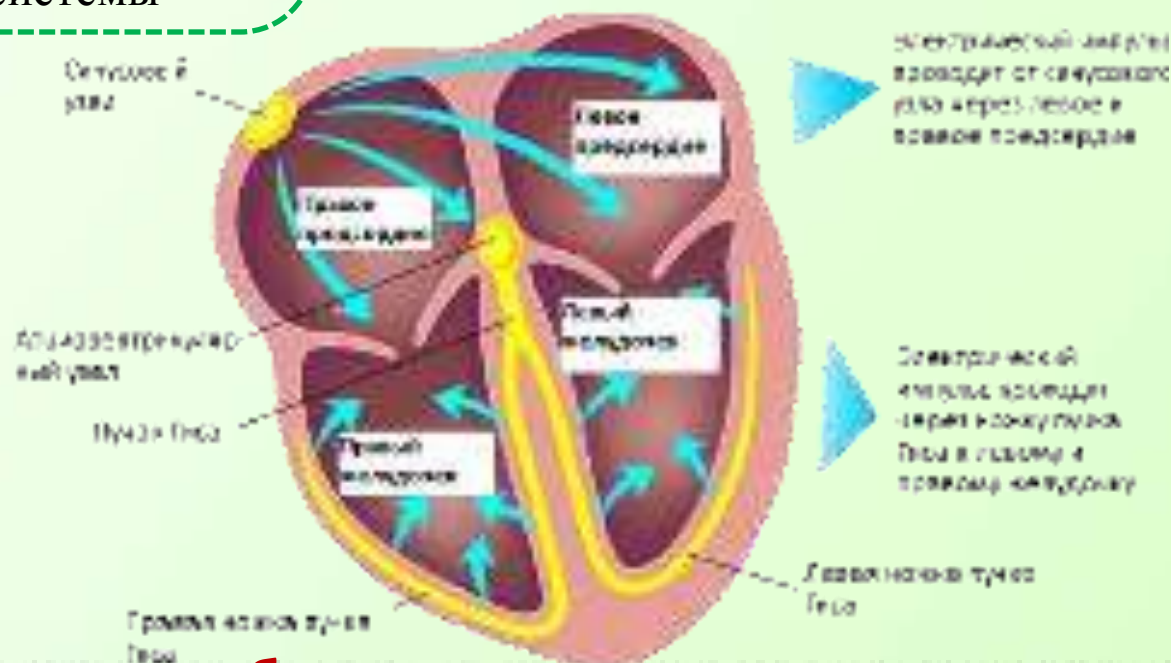
- ✓ Как возникает фибрилляция предсердий?
- ✓ Виды фибрилляции предсердий
- ✓ Какие причины приводят к нарушению ритма?
- ✓ Как можно распознать фибрилляцию предсердий и поставить диагноз?
  - ✓ Возможные осложнения
  - ✓ Как вести себя если у Вас Фибрилляция предсердий.

# ПРАВИЛЬНАЯ РАБОТА СЕРДЦА

Правильная работа сердца обеспечивается наличием собственной проводящей системы

В норме импульс генерируется в САУ, который задает частоту сокращения сердца

Далее импульс из САУ направляется в АВУ и затем идет по правой и левой ножкам пучка Гиса, захватывая всю мышцу сердца и обеспечивая его ритмичное сокращение



**Нарушение образования и проведения импульса приводит к развитию аритмий**

# МЕРЦАТЕЛЬНАЯ АРИТМИЯ = ФИБРИЛЛЯЦИЯ ПРЕДСЕРДИЙ

Мерцательная аритмия представляет собой нарушение нормального ритма сердца, сопровождающееся частым (от 300 до 700 уд/мин), хаотичным возбуждением и сокращением мышечных волокон предсердий

Нормальное состояние



Мерцательная аритмия



# ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ РАЗВИТИЯ ФИБРИЛЛЯЦИИ ПРЕДСЕРДИЙ

- ❖ Наследственные факторы
- ❖ Ишемическая болезнь сердца
  - ❖ Перенесенный инфаркт миокарда
- ❖ Артериальная гипертензия
  - ❖ Пороки сердца
- ❖ Сердечная недостаточность
- ❖ Электролитные нарушения
- ❖ Стресс и психоэмоциональное перенапряжение
  - ❖ Если после тщательного обследования не выявлено никаких заболеваний говорят об идиопатической мерцательной аритмии

# ФАКТОРЫ, КОТОРЫЕ МОГУТ СПРОВОЦИРОВАТЬ ПРИСТУП ФИБРИЛЛЯЦИИ ПРЕДСЕРДИЙ

- Стресс
- Физические нагрузки
- Переедание
- Курение
- Высокое артериальное давление
- Употребление алкоголя
- Чрезмерное потребление кофе



# КЛАССИФИКАЦИЯ ФИБРИЛЛЯЦИИ ПРЕДСЕРДИЙ

**По продолжительности клинических проявлений:**

- **Пароксизмальная (приступообразная):** короткие приступы, длящиеся от нескольких минут до нескольких дней, которые могут проходить самостоятельно;
- **Персистирующая форма:** приступы сохраняются длительно и не проходят в течение 7 и более дней;
- **Постоянная форма (хроническая):** непрерывная ФП, не поддающаяся лечению.



# ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ФИБРИЛЛЯЦИИ ПРЕДСЕРДИЙ

- Сердцебиение
- Перебои в работе сердца
- Чувство замирания сердца
- Общая слабость, головокружение
- Нехватка воздуха
- Одышка
- Боль в груди
- У некоторых людей с фибрилляцией предсердий отсутствуют какие-либо симптомы

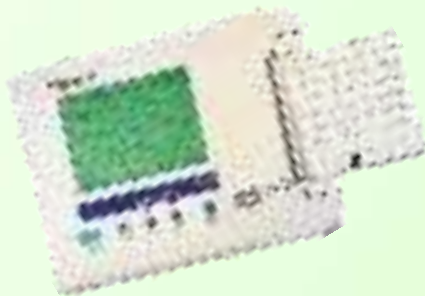


# КАК МОЖНО РАСПОЗНАТЬ ФИБРИЛЛЯЦИЮ ПРДСЕРДИЙ И ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ?

➤ Самый простой метод это **оценка пульса и запись ЭКГ.**



➤ **Длительное мониторирование ЭКГ** (или Холтеровское мониторирование - это постоянная запись ЭКГ длительное время, как правило 24-72 часа). Этот метод используют для выявления скрытых форм фибрилляции предсердий если приступы аритмии не продолжительные, и появляются лишь при определенных ситуациях как в течении дня, так и во время сна.

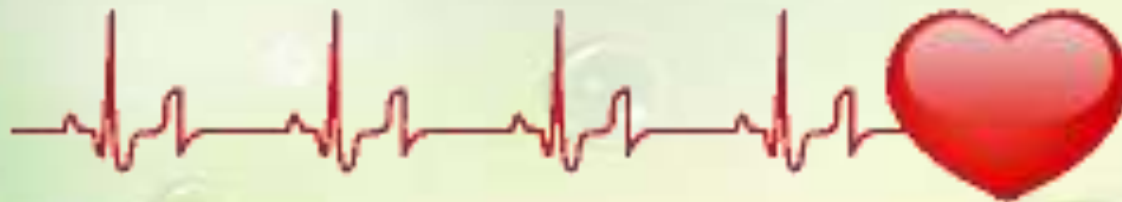




## Регулярная запись ЭКГ поможет в оценке Вашего заболевания

Очень важно соблюдать все указания врача , периодическая запись электрокардиограммы может помочь в решении следующих вопросов:

- Обнаружить появление новых симптомов
- Своевременно выявить прогрессирование фибрилляции предсердий
- Оценить эффективность медикаментозной терапии



# ВОЗМОЖНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ ФИБРИЛЛЯЦИИ ПРЕДСЕРДИЙ

Ухудшение переносимости физической нагрузки, снижение качества жизни

Самыми грозными осложнениями являются:

Инсульт



Нарушение речи

Изменение форм  
лица

Нарушение движений



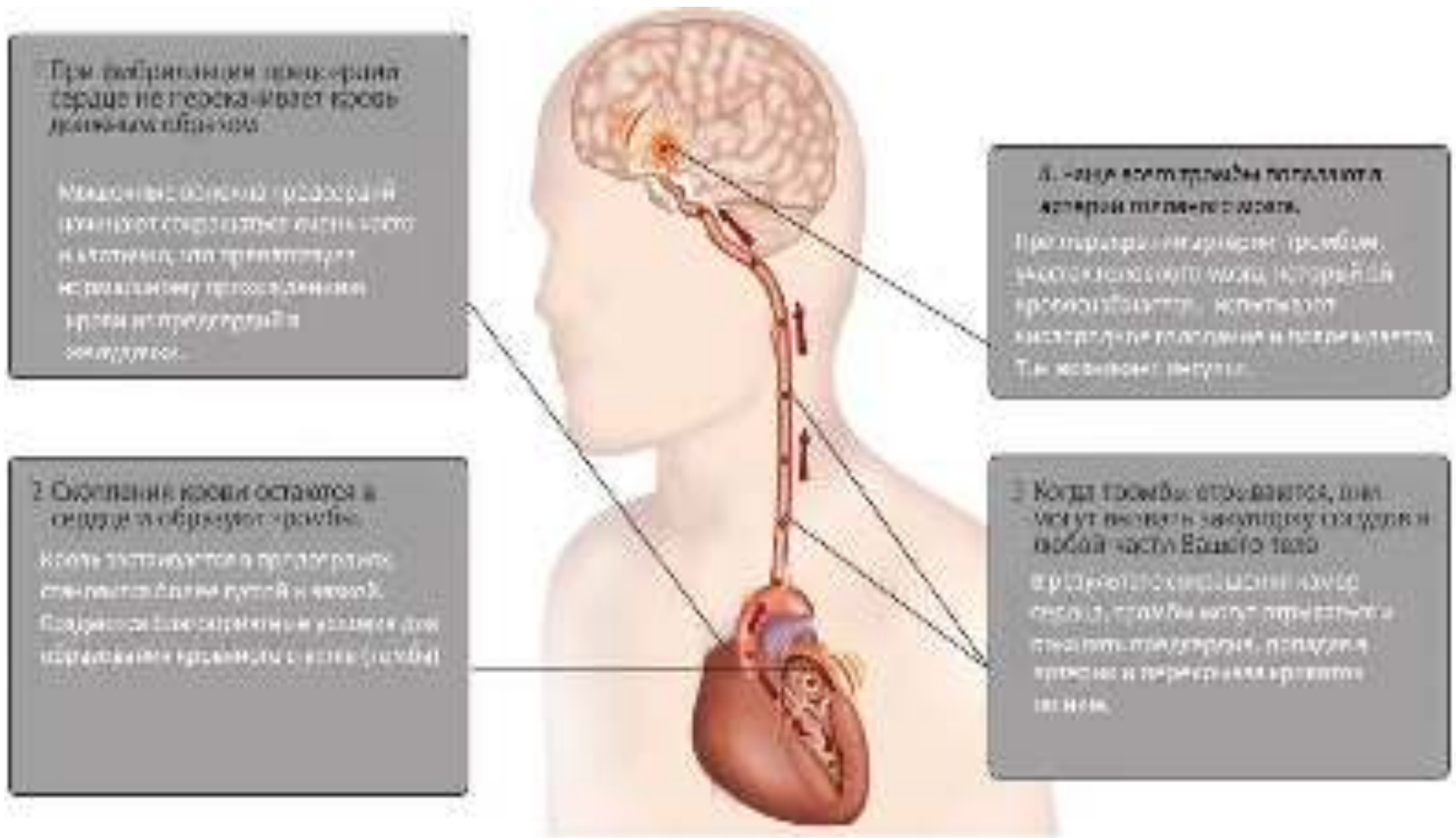
Внезапная сильнейшая  
головная боль

Нарушение зрения

Хроническая сердечная  
недостаточность,  
с нарастающей одышкой,  
вплоть до приступов удушья



# ФП - фактор риска развития инсульта.



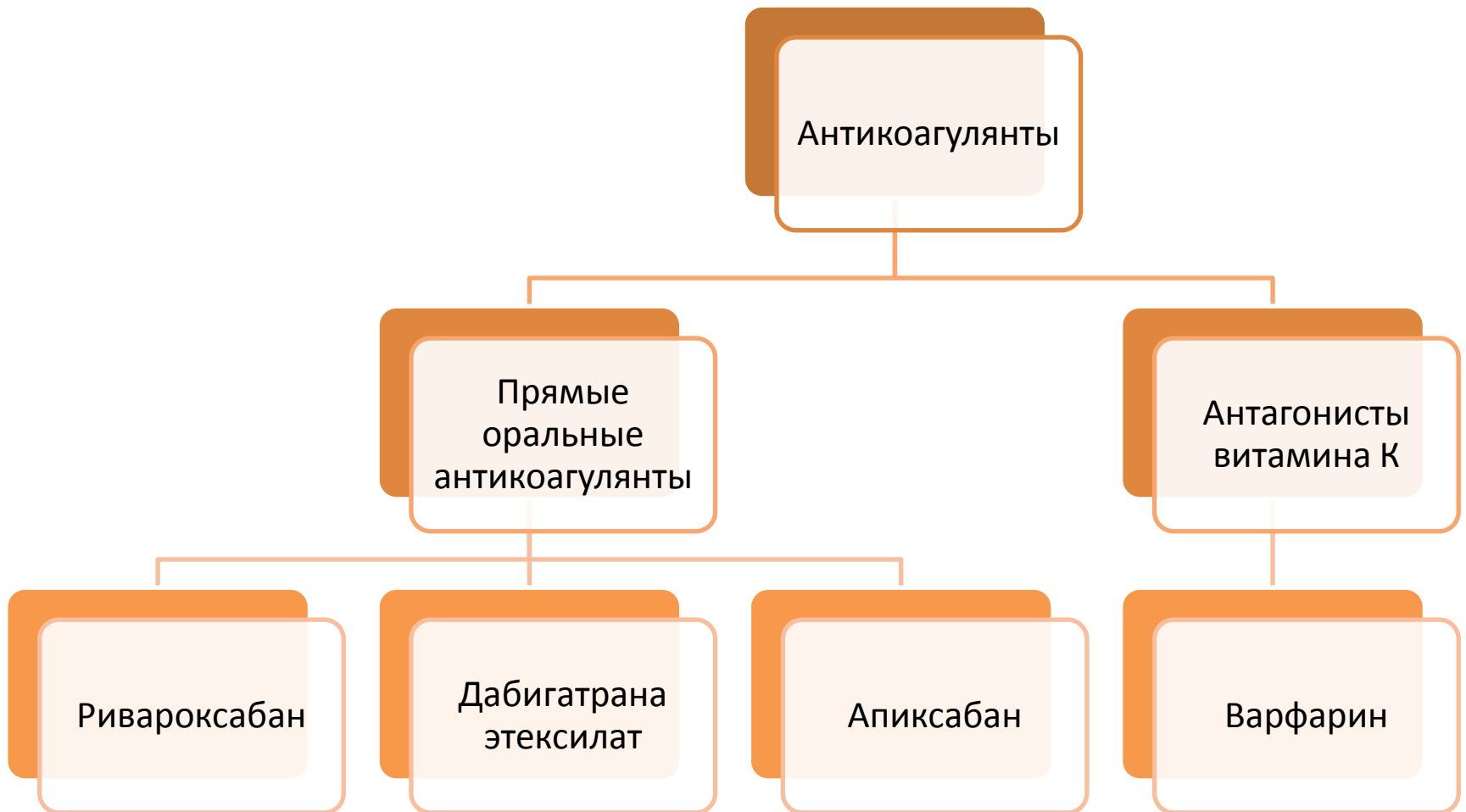
# Какие препараты помогают предотвратить развитие инсульта?

**Антикоагулянты** — это лекарственные препараты, снижающие активность свертывающей системы крови и препятствующие чрезмерному образованию тромбов.

При ФП используется 2 схемы антикоагулянтной терапии:

1. Терапия **Прямыми оральными антикоагулянтами**
2. Терапия **Варфарином**

# Виды антикоагулянтов.



# Что такое МНО и зачем его определяют?

- МНО-это один из показателей свертывающей системы крови, измеряемый при проведении анализа крови. Эффективность и дозировка варфарина определяется в зависимости от значений МНО в анализе крови.
- Нормальный показатель МНО крови человека, не принимающего Варфарин, — около 1 (0,8–1,2). При снижении свертываемости МНО увеличивается.

# Целевые значения МНО

Риск образования  
кровяных сгустков,  
инсульта, ВТЭ

Риск кровотечения,  
например, кровоизлияния  
в мозг

2.0

3.0

Недостаточная доза  
варфарина

Значение МНО  
в пределах диапазона

Слишком высокая  
доза варфарина

Недостаточная доза  
варфарина (т.е. слишком  
низкое МНО) связана с  
риском образования  
кровяных сгустков

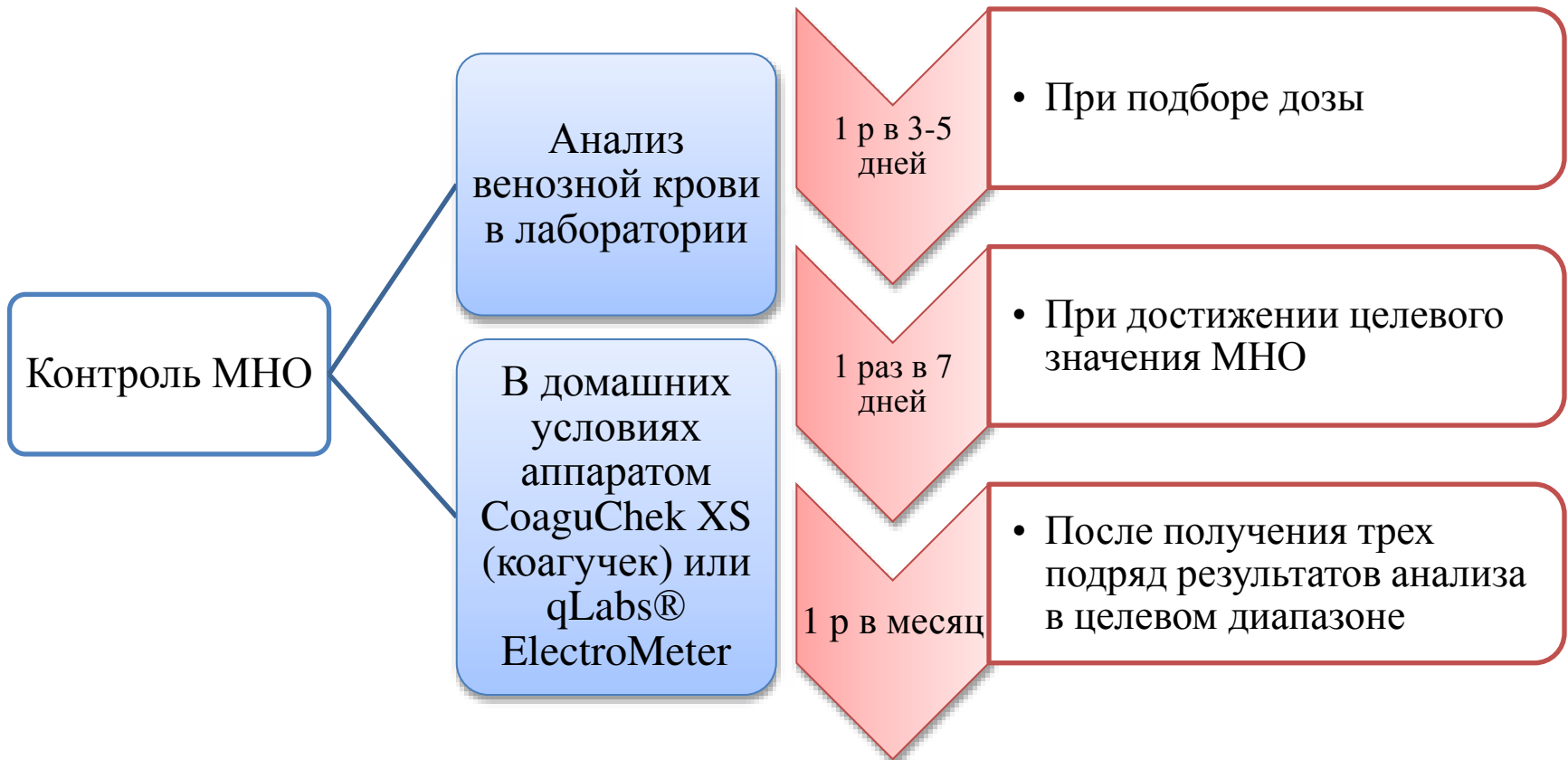
Оптимальное значение МНО зависит от вашего  
состояния: при мерцательной аритмии оно  
составляет от 2 до 3.

Слишком большая доза  
варфарина (т.е. слишком  
высокое МНО) может  
привести к  
геморрагическим  
осложнениям

# Контроль МНО.

## Как контролировать МНО?

## Как часто контролировать МНО?





# Внеочередной анализ МНО

1. Появление признаков кровоточивости(синяки, носовые кровотечения, кровотечения из носа, прямой кишки, появление черного стула)
2. Смена рациона
3. Прием/отмена лекарств, влияющих на действие Варфарина.

# Лекарства, влияющие на эффективность варфарина.

Усиливают активность Варфарина	Снижают активность варфарина
Аспирин(Тромбо АСС, кардиомагнил)	Антациды(гастал, альмагель)
Ибупрофен, кеторол, нимесулид, диклофенак, парацетамол	Оральные контрацептивы
Амиодарон(кордарон)	Слабительные средства
Кларитромицин(клацид)	Антигистаминные средства(супрастин, тавегил)
Омепразол(Омез)	Рифампицин
Сахаронижающие препараты(метформин, глибекламид)	Циклоспорин
Антимикробные препараты(в т.ч. Эритромицин, Циметидин, Цефокситин, )	Спиронолактон(Верошпирон)
Метронидазол	Витамин С

# Диета при приеме Варфарина

- Варфарин ингибирует синтез витамина К в печени, соответственно продукты содержащие в себе высокие дозы витамина К снижают эффективность Варфарина.
- Необходимо **съесть примерно одинаковое количество витамина К в день.** Сделать это можно, употребляя то же количество продуктов с высоким и средним уровнем витамина К.
- **Обязателен отказ от алкоголя.** Алкоголь, влияя на печень, усиливает действие Варфарина. Кроме того, даже незначительные дозы алкоголя нарушают координацию движений и повышают риск с травмы и , соответственно, кровотечений.

# Продукты, содержащие витамин К

Продукты с высоким содержанием витамина К (3000-6000 мкг/кг)

- Зеленый чай
- Овощи и травы, имеющие темно-зеленый цвет листьев (шпинат, петрушка, зеленая капуста).

Продукты с промежуточным содержанием количества витамина К (1000-2000 мкг/кг)

- Растения с более бледными листьями (белокочанная капуста, салат, брокколи, брюссельская капуста).
- Бобовые
- Масла (соевое, оливковое, рапсовое)
- Майонез

Продукты с низким содержанием витамина К

- Молочные продукты
- Мясные продукты
- Хлебобулочные изделия
- Черный чай, кофе

# Прямые оральные антикоагулянты

- Прямые оральные антикоагулянты (или новые оральные антикоагулянты) – это препараты, блокирующие непосредственно факторы свертывания крови.
- К прямым оральным антикоагулянтам относятся:
  1. **Прадакса**
  2. **Ксарелто**
  3. **Эликвис**
- Принимать необходимо ежедневно
- По эффективности соответствуют Варфарину
- Не требуют контроля МНО
- Не требуют соблюдения диеты

# КАК ВЕСТИ СЕБЯ ЕСЛИ У ВАС ФИБРИЛЛЯЦИЯ ПРЕДСЕРДИЙ

Дважды в день – утром и вечером, Вы должны измерять артериальное давление и пульс, соблюдать лечение, которое Вам назначил лечащий врач. Все это необходимо отражать в дневнике самоконтроля.

Дата и время	Жалобы	Пульс	Артериальное давление	Прием лекарств

При лечении Варфарином необходимо регулярно контролировать МНО (показатель отражающий эффективность лечения) и записывать его показатели в дневник контроля.

При посещении врача имейте все эти записи при себе.



*Спасибо за внимание*