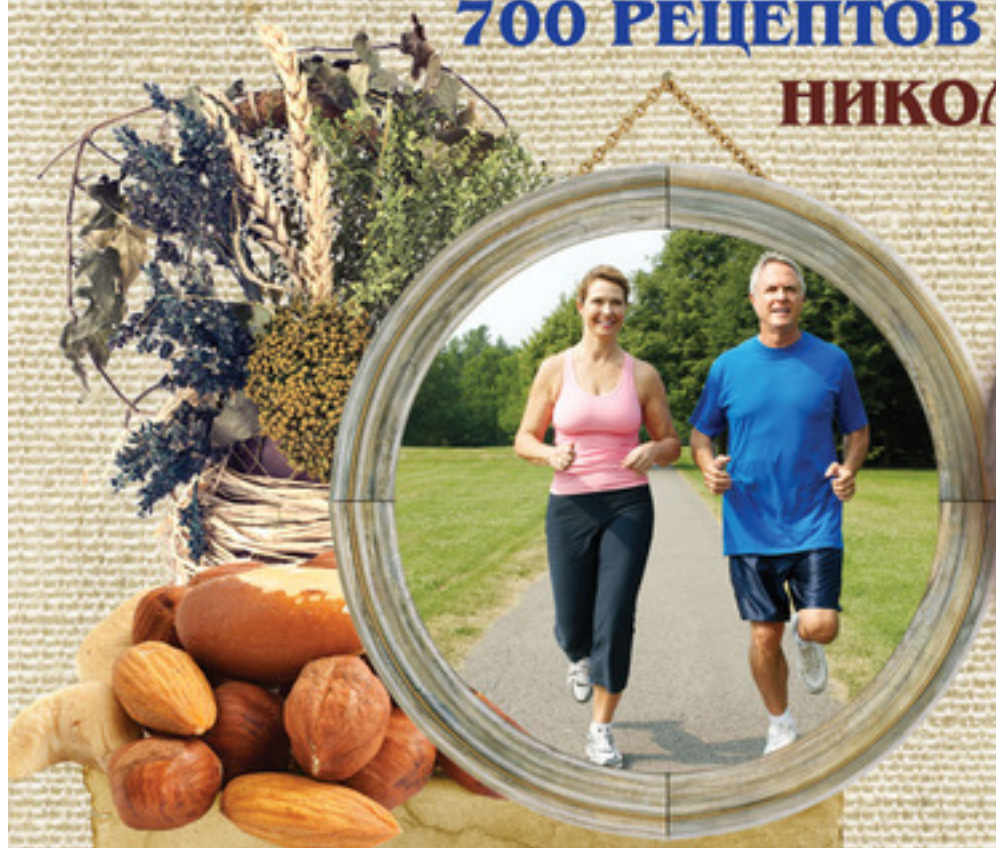


Николай МАЗНЕВ

ЗДОРОВЬЕ СЕРДЦА СОСУДОВ, КРОВИ

700 РЕЦЕПТОВ ОТ ЦЕЛИТЕЛЯ
НИКОЛАЯ МАЗНЕВА



Сборы для лечения
заболеваний
сердца

•
Рекомендации
по профилактике



Николай Иванович Мазнев

Здоровье сердца, сосудов, крови

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=152017
Здоровье сердца, сосудов, крови / Мазнев Н. И.: Эксмо; Москва; 2014
ISBN 978-5-699-69398-6

Аннотация

Как известно, наш организм – это сложная система, в которой сердце выполняет одну из самых важных функций – обеспечивает движение крови по всему телу, по многочисленным кровеносным сосудам. Именно поэтому также важно следить за его здоровьем.

В своей книге известный целитель Н.И. Мазнев собрал самые эффективные и проверенные веками народные рецепты лечения различных заболеваний сердечно-сосудистой системы – от гипертонии до тахикардии, а также многих других недугов.

Подробно описанные способы профилактики и методы лечения позволят использовать целебную силу народной медицины для сохранения вашего здоровья без рисков и осложнений.

Внимание! Данное издание не является пособием по самолечению. Перед применением необходимо проконсультироваться с лечащим врачом.

Содержание

Сердечно-сосудистые заболевания	4
Лечение сердечно-сосудистых заболеваний	6
Болезни сердца	9
Аритмия	15
Тахикардия	18
Брадикардия	21
Экстрасистолия	23
Мерцательная аритмия	25
Ишемическая болезнь сердца	26
Инфаркт миокарда	31
Сердечная астма	33
Сердечная недостаточность	36
Миокардит	46
Конец ознакомительного фрагмента.	49

Николай Иванович Мазнев

Здоровье сердца, сосудов, крови

Сердечно-сосудистые заболевания

Организм – сложная система, в которой каждому органу отведено свое определенное место. Сердце выполняет одну из самых важных функций – обеспечивает движение крови по всему телу, по многочисленным кровеносным сосудам. Кровь доставляет питательные вещества и кислород огромному количеству клеток тела. Возвращаясь обратно к сердцу, она забирает отходы из клеток. Сосуды, несущие кровь от сердца, называются артериями, а возвращающие ее к сердцу – венами. Главной артерией тела является выходящая из сердца аорта, которая разветвляется на многочисленные сосуды, идущие по всему телу. Мельчайшие сосуды называются капиллярами.

Сердце – это очень сильная мышца, обеспечивающая поступление крови. У взрослого человека общий объем крови в сосудистой системе составляет 5–6 л. В покое кровь омывает все кровеносное русло за 1 мин., а при физической нагрузке совершает за то же время 8–10 кругооборотов, значит, и полезных веществ тканям организма доставит в такое же число раз больше.

Кислород из воздуха поступает в легкие и обогащает кровь. Обогащенная кислородом кровь (артериальная) направляется из легких в сердце, а оттуда ко всем тканям. Она несет тканям кислород, а из них удаляет углекислый газ, образующийся в процессе обмена веществ, возвращаясь через сердце в легкие (венозная кровь). Давление крови в артериях намного выше, чем в венах.

При ускорении тока крови, деформации клапанов или расширении камер сердца могут возникать дополнительные звуки, обычно именуемые шумами. Частота сердечных сокращений у здорового человека зависит от образа жизни, интенсивности работы, характера питания, возраста и эмоционального состояния. Она соответствует частоте пульса. Так, например, при частоте пульса, равной 70, число сердечных сокращений также равно 70 ударам в минуту.

Нормальная частота пульса (число ударов в минуту)

У новорожденного 140

На первом году жизни 120

На втором году жизни 110

В возрасте 5 лет 96–100

В возрасте 10 лет 80–90

У взрослого 60–80

У человека в состоянии покоя сердце сокращается с частотой 70 ударов в минуту, выбрасывая при каждом сокращении 70 мл крови (ударный объем). Следовательно, количество крови, перекачиваемое каждую минуту, составляет: $70 \text{ ударов} \times 70 \text{ мл} = 4,9 \text{ л}$.

При физической нагрузке частота сердечных сокращений может достигать 150 ударов в минуту, а ударный объем – превышать 150 мл. В результате сердечный выброс составит от 20 до 25 л в минуту. Точно такой же объем крови каждую минуту должен возвращаться к сердцу по венам, иначе желудочки не смогут обеспечить соответствующий сердечный выброс и возникнет сердечная недостаточность. При этом крупные вены вблизи сердца пере-

полняются кровью, что ведет к повышению венозного давления и быстрому развитию отеков.

Отеки при сердечной недостаточности возникают не только в связи с повышением венозного давления и увеличением фильтрации жидкости в капиллярах, но и в результате снижения почечного кровотока, что приводит к уменьшению выведения натрия почками и задержке воды в тканях. Ходьба и все виды физических упражнений ускоряют циркуляцию крови и препятствуют блокаде сосудов, особенно артерий. При нарушении циркуляции в почках, они становятся не способными к эффективному удалению ядовитых токсинов, в результате чего нарушается равновесие жидкости в организме. Это, в свою очередь, приводит к излишнему напряжению артерий сердца и ухудшает их деятельность.

Большинство людей рождаются со здоровым сердцем. При рождении нам дается сердце с чистыми артериями. Но наши плохие привычки приводят к дегенерации (вырождению). Секрет долголетия кроется в состоянии сосудистой системы. В. Ослер, канадский преподаватель медицины и писатель говорил: «Человек 28–29 лет может иметь артерии 60-летнего, а мужчина 40 лет – такие же дегенеративные, как в 80 лет».

При заболеваниях сердца особенно полезны растения, содержащие большое количество солей калия, а также моносахара, глюкозу и фруктозу: картофель (особенно печеный), абрикосы, виноград, черная смородина.

Сердце лучше всего поддается лечению в период своей наибольшей активности, т. е. с 11 до 13 часов. Работоспособность сердца снижается примерно в 13, в 21 час и ночью – в это время не стоит подвергать его перегрузкам. Признаками неполадок с сердцем служат появление красных прожилок на белках глаз, отеки, чернота под глазами, дефекты кожи носа и лба, краснота подмышками, торопливая речь, боязнь аудитории (страх выступать перед публикой), страх высоты, напряженная манера работать, (стиснув зубы или губы), беспричинная тревога или страх, застенчивость, субъективное чувство умственной истощенности.

Полезные советы

- Чтобы предотвратить развитие сердечно-сосудистых заболеваний, достаточно 3–4 раза в неделю посвящать 20–30 минут своего свободного времени активному отдыху или самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Поэтому среди мужчин с высокой физической активностью смертность в 2 раза ниже, о чем свидетельствуют исследования ученых из университета штата Миннесота.

- При ухудшении кровообращения происходит онемение от кончиков пальцев до предплечья. Каждый из нас ощущал, как «немеет» рука, если долго подпирает ею голову или подкладывать ее под голову во время сна. То же самое происходит и с поджатой под себя ногой. Такое положение конечностей вызывает напряжение мышц в плечах, головную боль или головокружение. Для профилактики онемения надо регулярно выполнять следующие несложные упражнения:

Упражнение 1. Сложите ладони перед грудью вертикально и с усилием потрите их друг о друга в течение 2 минут.

Упражнение 2. Кончики всех пальцев рук и, в частности, указательного пальца тщательно массируйте кончиками пальцев другой руки. Упражнение выполняйте попеременно кончиками пальцев как правой, так и левой руки.

Упражнение 3. Отмерив на тыльной стороне руки расстояние шириной в 3 пальца от локтевого сгиба в сторону кисти, найдите точку «тэ-санри» на середине предплечья, слегка потрите ее кончиками пальцев 20 раз.

Лечение сердечно-сосудистых заболеваний

- Действенным средством при стенокардии, спазмах сосудов головного мозга, сердечных спазмах и одышке служит лимонный сок с чесноком и медом. Смешать сок, выжатый из 10 лимонов, с 1 л меда и соком, выжатым из 10 головок чеснока. Настоять в течение 1 недели в плотно закрытой посуде. Разделить смесь на равные порции и принимать ежедневно в течение 2 месяцев.

- При различных заболеваниях сердечно-сосудистой системы хорошо помогает хвоя ели, кедра, можжевельника обыкновенного, пихты, сосны. Смешать 5 ст. л. мелко измельченных свежих иголок, 2 ст. л. измельченных плодов шиповника и 2 ст. л. луковой шелухи. Смесь высыпать в эмалированную посуду и заварить 0,8–1 л кипятка. Поставить на огонь, довести до кипения и продолжать варить, но уже на малом огне, еще 10 мин. в закрытой кастрюле. Оставить на ночь в теплом месте, чтобы отвар настоялся, процедить через марлю и принимать вместо воды от 0,5 до 1,5 л в сутки в теплом виде.

- При этих же заболеваниях полезно принимать и хвойную ванну. Для ее приготовления 1,5 кг хвои (иглы, веточки, шишки) залить 5 л кипятка и подержать на медленном огне 30 мин., настоять 12 ч. Хороший экстракт будет иметь коричневый цвет. Приготовленное средство влить в ванну и заполнить ее до нужного объема водой температурой 38 °С. Время приема ванны – 20–40 мин. Курс лечения – 10 ванн. Ванны помогают также при болях в суставах, простуде (при отсутствии температуры), воспалительных процессах у женщин. Ванна успокаивает и укрепляет нервную систему. Противопоказанием к применению хвойных ванн являются поражение печени, почек, гломерулонефрит, гепатит и беременность.

- При болезнях сердечно-сосудистой системы полезно употреблять «хвойный мед». Для приготовления меда сосновые шишки надо собирать в молодых, экологически чистых посадках или в лесу, подальше от дорог и автомагистралей. Время сбора – конец мая. Перед варкой шишки необходимо перебрать, удалить мусор, хвою, вымыть в чистой воде, засыпать в эмалированную кастрюлю и залить холодной водой так, чтобы она покрывала шишки на 1–1,5 см. Поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 20 мин. в закрытой кастрюле, после чего сутки настоять. После этого настой (он зеленого цвета) перелить в другую кастрюлю, добавить сахарный песок (на 1 л настоя 1 кг сахара). Снова поставить на огонь и варить как обычное варенье, не менее 1,5 ч, удаляя образующуюся пену. В результате получается «хвойный мед» красивого, малинового цвета, по консистенции почти как натуральный. Разлить его в горячие банки и после охлаждения обвязать пергаментной бумагой или закрыть обычными пластмассовыми крышками. Чай с таким медом приятен на вкус и целебен. Он обладает ярко выраженными бактерицидными и целебными свойствами. Особенно полезен он при истощении организма, заболеваниях желудочно-кишечного тракта и дыхательных путей.

При гипертонической болезни, заболеваниях сердца и сосудов, атеросклерозе, для лечения и профилактики тромбозов и эмболии залить 1/2 л кипятка 2 ст. л. цветков каштана конского, настоять 6 ч. в термосе, процедить и выпить в течение суток.

- При заболеваниях сердечно-сосудистой системы смешать траву белозора болотного с корневищами и траву журавельника лесного, взятых в равных частях по весу. Залить 1 стаканом водки 1 ст. л. смеси, настоять, периодически встряхивая содержимое, 2 недели, процедить. Принимать по 15–20 капель 2 раза в день, за 30 мин. до еды.

- При сердечно-сосудистой недостаточности I и II степени и органических пороках митрального клапана залить 200 мл водки 20 г измельченной коры обвойника, настоять 14

дней, периодически встряхивая. Отжать, процедить. Готовая продукция представляет собой прозрачную красно-бурюю жидкость со слабым своеобразным запахом и горьким вкусом. Применять настойку необходимо по 5–10 капель 2–3 раза в день за 30 мин. до еды.

Практика показала способность настойки улучшать сердечную деятельность, урежать пульс, увеличивать мочеотделение, уменьшать отеки и застойные явления во внутренних органах. При тяжелых поражениях миокарда, сопровождающихся значительным нарушением кровообращения и резко выраженной гипертонией, настойка обвойника не дает лечебного эффекта.

- При повышенной нервной возбудимости, истерии, бессоннице, сердечно-сосудистых неврозах, пороках сердца, кардиосклерозе, ранних стадиях гипертонии заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. травы пустырника, настоять, укутав, 1 ч., процедить. Принимать по 1/4 стакана 3–4 раза в день за 30 мин. до еды. Пустырник сердечный по своему действию превосходит валерьяну.

- Для профилактики и лечения атеросклероза, стенокардии, инфаркта и инсульта пропустить через мясорубку 1 кг лимонов и 1 кг апельсинов с кожурой, но без косточек, добавить 6–8 ст. л. меда и перемешать. Выдержать в стеклянной посуде сутки при комнатной температуре, затем хранить в холодильнике. Принимать по 3 ч. л. в день с чаем или перед едой.

Для восстановления сердечно-сосудистой системы мелко измельчить 5 ст. л. иголок молодой хвои (ели, сосны, пихты, можжевельника), залить 1/2 л воды, поставить на огонь и довести до кипения. Варить на малом огне 10 мин., настоять 6–8 ч. в теплом месте, процедить. Пить по 1/2 стакана 4–5 раз в день.

- При сердечно-сосудистой недостаточности, для улучшения мозгового кровообращения и снижения невротических сердечных болей помогает водный настой чистеца лесного. Заварить 1/2 л кипятка 1 ч. л. измельченного растения, настоять 1 ч. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день. Через неделю следует пить более концентрированный настой: 1 ч. л. на 1 стакан кипятка. В третью неделю и далее – 2 ч. л. на 1 стакан кипятка. Принимать по 1 ст. л. в течение 2 месяцев.

- При сердечно-сосудистой недостаточности заварить 2,5 стаканами кипятка 1 ч. л. травы желтушника левкойного, настоять 2 ч. (плотно закрыв), процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день, за 30 мин. до еды.

- При различных сердечно-сосудистых заболеваниях утром натошак съесть 1 ст. л. меда, запив ее небольшим количеством теплой кипяченой воды. После этого приготовить полотенца из хлопчатобумажной, вафельной ткани. Из одного полотенца сшить перчатку с одним пальцем, другое оставить в неизменном состоянии. Утром набрать в миску воды температурой 38 °С, намочить перчатку и несильно отжать, так, чтобы вода не стекала. Растереть этой перчаткой грудь, плечи, живот, руки (молочных желез не касаться). Затем намочить в воде второе полотенце, отжать его и растереть им спину через плечо, как мочалкой в бане. После этого взять сухое полотенце и процедуры повторить в той же последовательности, что и предыдущие. На следующий день все процедуры повторить с той лишь разницей, что температура воды снижается каждый день на 1 °С и так до 14 °С. Дальше процедуры повторять с водой температурой 14 °С, не пропуская ни одного дня. В результате такого лечения активизируются микрососуды, которые будут питать сердце. Тем же, кому мед противопоказан, заменить его другим средством, содержащим калий. Курс лечения – 1 месяц.

При нарушениях сердечного ритма, недостаточности кровообращения, инфаркте миокарда, миастении и др., больным, лечась мочегонными средствами и сердечными гликозидами, полезно употреблять курагу.

Суточная доза 100–150 г сухих фруктов обеспечивает, кроме того, регуляцию стула.

- При декомпенсации сердечно-сосудистой системы взять 2–3 спелых плода инжира, поместить их в эмалированную посуду, измельчить и поставить в духовку на 6 ч. до получения темно-коричневой кашицы с ароматным запахом и приятным вкусом. Употреблять по 100 г 1 раз в день утром натощак. Обладает умеренным мочегонным действием. У больных мочевыделение увеличивается на 50 %.

Болезни сердца

Сердце – это полый четырехкамерный мышечный орган, подающий кровь в артерии и принимающий ее из вен. Располагается в грудной полости, по форме напоминает конус. Сердце состоит из трех слоев: миокарда, эндокарда и перикарда.

Миокард – это сердечная мышца. Она движет кровь из сердца в артерии. Миокард сокращается самостоятельно, без помощи сигналов (импульсов) со стороны нервной системы.

Эндокард – внутренняя оболочка сердца, выстилающая его полости. Из складок эндокарда образуются клапаны сердца.

Перикард, или **сердечная сумка**, представляет собой тонкий, но плотный мешок, в котором находится сердце. Он отгораживает сердце от других органов грудной клетки, способствует лучшему наполнению предсердий кровью, не позволяет сердцу смещаться и растягиваться при физической нагрузке. Перикард состоит из двух так называемых листков, между которыми имеется полость. Внутренний листок перикарда способен вырабатывать жидкость, своеобразную «смазку», облегчающую трение его листков. В норме в полости перикарда содержится около 25 мл жидкости.

Для того чтобы артериальная и венозная кровь не смешивалась, правая половина сердца (правое предсердие и правый желудочек) полностью отделена перегородкой от левой (левое предсердие и левый желудочек). Предсердия и желудочки соединяются между собой клапанами. Между левым предсердием и левым желудочком клапан имеет две створки и называется двустворчатым, между правым предсердием и правым желудочком находится трехстворчатый клапан. Стенки желудочков толще стенок предсердий, поскольку выполняют большую нагрузку – выталкивают кровь в большой и малый круги кровообращения. Стенки левого желудочка толще и сильнее, т. к. он выполняет большую нагрузку, чем правый, выталкивая кровь в большой круг кровообращения.

Сердце покрыто тонкой и плотной оболочкой, образующей замкнутый мешок – околосердечную сумку. Между сердцем и околосердечной сумкой находится жидкость, увлажняющая сердце и уменьшающая трение при его сокращениях. Масса сердца составляет в среднем около 300 г. У тренированных людей размеры сердца больше, чем у нетренированных.

Сердце работает, не останавливаясь, в течение всей жизни, ритмически сменяя одну фазу своего цикла на другую, а ту, в свою очередь, на третью. Первая фаза сердечного цикла – сокращение предсердий, – длится 0,1 секунды; вторая фаза – сокращение желудочков, длится 0,3 секунды; наконец, фаза общего расслабления сердца, длится 0,4 секунды. Таким образом, весь сердечный цикл составляет 0,8 секунды.

Давление крови на стенки сосудов называется кровяным давлением. Оно создается силой сокращения желудочков сердца.

Внутри полостей самого сердца и в стенках крупных сосудов расположены нервные окончания – рецепторы, воспринимающие колебания (импульсы) давления в сердце и сосудах. При помощи этих нервных импульсов центральная нервная система постоянно контролирует работу сердца. Импульсы от рецепторов вызывают рефлексы, влияющие на работу сердца. Существуют два вида нервных влияний на сердце: одни – тормозящие, которые снижают частоту сокращений сердца, другие – ускоряющие.

Вместе с центральной нервной системой работу сердца регулируют также химические вещества, непрерывно поступающие в кровь.

Сердце заставляет кровь двигаться по всему организму, нести кислород и аминокислоты ко всем органам тела. При нарушении

кровообращения какого-либо органа, он перестает выполнять свои функции. Обычно нормальному кровообращению мешают атеросклеротические бляшки и тромбы, которые закупоривают сосуды. Самые распространенные заболевания, связанные с нарушением кровообращения, – инсульт, ишемическая болезнь сердца и инфаркт миокарда.

Инсульт – геморрагический или ишемический – заболевание, при котором нарушается кровоснабжение головного мозга. Ишемический инсульт происходит из-за закупорки сосудов, в результате чего к мозговой ткани не поступает в должном количестве кислород и она разрушается. Геморрагический инсульт происходит из-за разрыва стенки сосудов и приводит к внутричерепному кровоизлиянию, из-за которого погибают клетки головного мозга.

Ишемическая болезнь сердца (ИБС) – это заболевание, при котором сердце получает недостаточное количество крови из-за сужения или закупорки сосудов. При ишемической болезни может наступить внезапная смерть, когда кровь перестает поступать в сердце, и оно останавливается.

Другая форма ишемической болезни сердца – **стенокардия**, когда из-за недостаточного кровоснабжения больной чувствует боль в груди при стрессе, переедании, физической нагрузке.

Третья форма ишемической болезни сердца – самая тяжелая – **инфаркт миокарда**. При инфаркте сердечная мышца (миокард) отмирает из-за того, что недополучает питательные вещества.

У ишемической болезни сердца, инфаркта и инсульта общая причина – **атеросклероз**. При этом на стенках артерий появляются атеросклеротические бляшки, которые затрудняют кровоток. Для профилактики заболеваний сердца нужно бороться с причинами, приведшими к атеросклерозу. Причинами атеросклероза являются: ожирение, курение, высокое артериальное давление и др. С возрастом риск атеросклероза возрастает. Первыми признаками заболевания сердца являются боли в сердце, слабый учащенный пульс, одышка при небольших физических нагрузках, вялость, апатия, плохое настроение, раздражительность, плохой сон, сердцебиение, преждевременное старение, и пр. Уже при первых признаках необходимо обратиться к кардиологу.

Считается, что сердечно-сосудистым заболеваниям больше подвержены мужчины. Некоторые объясняют это тем, что женщин защищает женский гормон эстроген. Пока гормоны работают, женщина относительно защищена.

Но с наступлением менопаузы частота сердечных приступов у женщин резко возрастает. С этого момента женщины умирают от сердечных приступов в 4 раза чаще, чем от рака груди и эндометрия вместе взятых, по количеству инфарктов и инсультов быстро догоняя мужчин.

Сердце – самый надежный и долговечный орган. И если его беречь, оно исправно может служить до 150 лет. Оно способно работать, даже когда погибает мозг.

Для сердца вредными факторами являются:

- стрессовое состояние нервной системы, другие нервные перегрузки;
- длительное пребывание в сидячем положении. После каждого часа сидячей работы надо размяться, сделать небольшую нагрузку на мышцы тела;
- излишний вес тела; — недосыпание.

Для сердца полезно:

- Правильно и своевременно питаться, не переедать, поддерживать нормальный вес тела.

– Заниматься физкультурой. Из специальных общедоступных упражнений можно порекомендовать собирание спичек: разбросать по полу спички из полного спичечного коробка, а потом собирать их, вставая с каждой спичкой. – Ежедневные прогулки на свежем воздухе, лучше – быстрым шагом.

– Раз в год совершать пешие путешествия на 20–25 км.

– Ежедневно принимать контрастный душ с медленным изменением температуры воды. Это усиливает кровообращение.

– Спать надо не менее 8 часов в сутки, головой на север или восток, в полной тишине.

– Раз в неделю сутки поголодать, употребляя только родниковую или размороженную воду.

– Авиценна советовал людям с болезнями сердца бывать на холодном воздухе, в котором мало влаги или нет ее совсем.

Для улучшения работы сердца и лечения его болезней полезно употреблять: барбарис, плоды боярышника кроваво-красного, валериану, плоды граната, корень девясила, плоды дерезы, имбирь, кардамон, корицу, плоды лимонника китайского, кожуру плода мандарина, траву и цветы Melissa, мускатный орех, плоды облепихи, плоды сливы, корень солодки, ягоды шелковицы, лепестки чайной розы и шиповника, сердце всех животных.

Шелковицы надо есть как можно больше. Валериану лучше принимать не внутрь, а по 50 г сухих корней завернуть в марлю и развесить во всех комнатах, в коридоре, на кухне, в ванной, туалете, на лоджии и т. д.

Очень полезны для сердца продукты и лекарственные растения, которые содержат в себе такие микроэлементы, как магний и калий. Магний присутствует в помидорах, сельдерее, орехах, отрубях, абрикосах, винограде, рябине черноплодной, астрагале шерстистоцветковом, свекле, вишне, водяном перце, грейпфруте, эхинацее, зопнике клубненосном, каланхоэ, миндале, березе, салате и капусте. Калием богаты абрикосы (сырые и сушеные), виноград (сырой и сушеный), чернослив, финики, инжир, петрушка, капуста, черная смородина, корни сельдерея, ананасы, кизил, бананы и персики.

При любых отклонениях в работе сердца лучше пользоваться лекарственными растениями. Нитроглицерин только успокаивает, а трава лечит. При употреблении нитроглицерина нельзя быть физически активным, а при употреблении трав – наоборот.

После перенесенных дегенеративных заболеваний сердца и сосудов самое главное – соблюдать диету. Например, постинфарктный больной должен находиться на строгой овощной диете. Ему показаны такие продукты, как ржаная мука с отрубями и изделия, приготовленные из нее, соевая мука или соевое масло, мед, курага, картофель печеный с кожурой, нешлифованный рис, тыква, фасоль, семечки подсолнечника, финики, орехи разные и всевозможные сырые овощи и фрукты.

Лицам, имеющим любые отклонения в работе сердца, некоторые народные целители рекомендуют:

– отказаться от употребления малины, объясняя это тем, что она для больного сердца все равно, что соль на свежую рану;

– забыть о таких напитках, как пиво, вино, шампанское, ликер, самогон. В крайнем случае, можно употребить рюмку-другую водки. Однако, регулярное ее употребление тоже нежелательно – пьющие сердечники долго не живут;

– очень осторожно следует относиться к употреблению колбас – и дорогих, и дешевых. Дешевые – это в основном условно-съедобные пищевые добавки с запахом мяса, а при производстве дорогих сырокопченых колбас в фарш для сохранения красивого цвета добавляют

красители и стабилизаторы сохранения цвета мяса, которые как раз и являются ядом для сердца.

Для профилактики атеросклероза можно принимать ежедневно по 1–2 ст. л. свежего нерафинированного подсолнечного масла.

Универсальным средством при всех отклонениях в работе сердца служит боярышник кроваво-красный. Он уменьшает холестерин в сосудах, регулирует кровяное давление, укрепляет сердечную мышцу, регулирует сердечный ритм, а также успокаивает нервную систему. Для лечения подходят плоды, цветы и листья растения. Настой плодов боярышника: залить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. сухих измельченных плодов и настоять, тепло укутав, 1 ч. в закрытой посуде. Процедить и принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды или по 1/2 стакана 2 раза в день. Можно делать пятидневные перерывы. В настой боярышника можно также добавлять настой пустырника или шиповника, а лучше менять добавки через каждые 2 недели. Через 6 месяцев приема данных средств любой сердечный больной почувствует себя намного лучше.

Во всех тибетских монастырях, а их там более 6 тысяч, в специально отведенном месте находится большой сосуд, наполненный водным настоем боярышника, и каждый прихожанин в обязательном порядке его употребляет. Такое же правило существует и в домах тибетцев. Результатом этой традиции является отсутствие у тибетцев таких заболеваний, как инсульт и инфаркт.

- Для улучшения работы сердца смешать равные количества сухих плодов шиповника, рябины красной, боярышника, калины, изюма и кураги. Залить 1 л кипятка 1 стакан сбора и оставить на ночь в термосе. Выпить все в течение дня вместо чая. Принимать этот настой можно в течение продолжительного времени.

- Для улучшения работы сердца залить 1/2 л кипятка 5 ст. л. высушенной и измельченной травы крапивы, собранной перед цветением. Кипятить 5 мин. на малом огне. Принимать с медом или сахаром по 1/2 стакана 4 раза в день. Можно пить отвар корней крапивы: залить 1 стаканом кипятка 15 г измельченных корней, кипятить на малом огне 10 мин., настоять 30 мин. Принимать по 2–3 ст. л. 2–3 раза в день за 30 мин. до еды в течение 3–4 недель. Корни действуют более эффективно, нежели цветы. Препараты из крапивы противопоказаны людям с повышенной свертываемостью крови, больным гипертонией, женщинам, страдающим полипами матки, а также беременным.

- При сердечных болезнях помогает настойка грецкого ореха на водке: 30 мелко нарезанных незрелых плодов залить 1 л спирта или водки и настоять на солнце 14 дней. Принимать по 20 капель 3 раза в день в течение 3–4 недель.

- При заболеваниях сердца заварить 200 мл кипятка 50 г листьев и веток голубики, кипятить 10 мин. на малом огне, настоять в теплом месте 1–2 ч. и процедить. Принимать по 1 ст. л. 4–6 раз в день.

- При заболеваниях сердца смешать 100 г сушеных груш, 75 г овсяной крупы, заварить смесь 500 мл кипятка

и продолжать греть на слабом огне 30 мин., настоять 1 ч., процедить. Пить по 50–100 мл 3–4 раза в день.

- Для нормализации сердечной деятельности залить 400 г оливкового или подсолнечного масла 100 г свежесорванной травы василька синего (в начале цветения), закрыть плотно крышкой и поставить на солнце на 20 дней, после чего процедить. Принимать по 1 ч. л. утром натощак.

- При заболеваниях сердца заварить 200 мл кипятка 1 г корня копытеня европейского, греть на малом огне или на водяной бане полчаса, настоять 20 мин., процедить и довести объем до первоначального. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день.

При болях в сердце помогает настой травы мокрицы (звездчатки): залить 1/2 л кипятка 1–2 горсти травы и настоять, укутав, 6 ч. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 30 мин. до еды в течение 2–3 недель.

- При заболеваниях сердца залить 100 мл 70 %-го спирта 10 г измельченных листьев магнолии, настоять 14 дней в теплом месте, периодически встряхивая. Принимать по 20–30 капель 3 раза в день во время еды. Курс лечения – 3–4 недели, контролируя артериальное давление крови.

- При заболеваниях сердца залить 1 часть измельченного сырья (листьев или плодов, цветков, коры магнолии) 1 частью спирта, настоять в темном теплом месте 1 неделю, периодически встряхивая содержимое, процедить, остаток отжать. Хранить в темном месте. Принимать по 20–30 капель с водой, 3 раза в день за 30 мин. до еды.

- При болезни сердца залить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. измельченной травы синеголовника, собранной во время цветения, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 5 мин. Принимать по 1 ст. л. 4–5 раз в день в течение 2–3 недель.

- При сердечных болезнях залить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. измельченного корня шиповника и кипятить на малом огне 15 мин. Пить полугорячим, как чай, по 3 стакана в день в течение 2 недель.

Для нормализации сердечной деятельности залить 0,5 л кипятка горсть цветов шиповника (желательно свежих), настоять 1/2–1 ч. и процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды в течение месяца.

- Для улучшения работы сердца залить 3 частями водки 2 части травы пастушьей сумки (по объему, а не по массе), настоять 9 дней и процедить. Принимать по 20 капель, запивая ложкой воды, 3 раза в день в течение 3–4 недель.

- Для улучшения работы сердца залить 1 л натурального вина (белого или красного) 10 свежих стеблей петрушки с листочками, добавить 1–2 ст. л. винного уксуса, поставить на малый огонь и прокипятить 10 мин. После этого добавить еще 300 г натурального пчелиного меда и проварить 4 мин. Снять с огня, вытащить петрушку, а вино разлить в стерилизованные емкости. Хорошо укупорить. Осадок не вреден. Принимать по 2–3 ст. л. 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

- При ослаблении сердечной деятельности (после большой потери крови) заварить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. сухой измельченной травы, корней или плодов майника двулистного, настоять в закрытой посуде на кипящей водяной бане 30 мин., охладить при комнатной температуре 10 мин., процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день, за 30 мин. до еды.

- При стенокардии, перебоих в сердцебиении, в предынфарктных состояниях, дистрофических изменениях в сердце, неврастении смешать кендырь коноплевый, пустырник пятилопастный, валериану лекарственную – по 1 ст. л., мяту перечную, желтушник левкойный – по 2 ст. л.; боярышник колючий, календулу лекарственную – по 3 ст. л. Заварить 1 л кипятка 6 ст. л. сбора. Настоять, тепло укутав, 30 мин., процедить. Принимать по 50 мл 6 раз в день. Курс лечения – 3 месяца с перерывами между курсами в 3–6 дней.

- Для улучшения работы сердца, снижения артериального давления, уменьшения болей в сердце при ишемической болезни и кардиосклерозе залить 1 стаканом водки или 100 мл спирта 1 ст. л. измельченного корня переступеня белого. Настоять в темном месте 14 дней, отжать и процедить. Принимать по 20–25 капель 3 раза в день за 30 мин. до еды. Настойка эффективна также при параличах, эпилепсии, кровотечениях.

Теми же свойствами обладает и отвар корня переступеня белого. Для его приготовления заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. измельченного корня, поставить на медленный огонь и кипятить 5 мин. Процедить и принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

При пороке сердца ежедневно в течение 3–4 недель употреблять после еды по 200–300 г спелых плодов туты (шелковицы). Это очень эффективное средство, в результате применения которого уменьшаются боли, одышка, улучшается деятельность сердца.

- При расширении сердца взять траву или корни ястребинки и траву тысячелистника в равных частях по весу. Залить 0,6 л кипятка 2 ст. л. измельченной смеси, настоять, укутав, 2 ч., процедить. Принимать по 1 стакану 3 раза в день за 15–20 мин. до еды. Курс лечения – 10 дней.

- Для облегчения работы сердца влить в 1 стакан теплой кипяченой воды 1 ст. л. яблочного уксуса (детям – 1/2 ст. л.) и добавить 1 ч. л. меда (или сахара). Пить 2 раза в день до и после еды в течение 15 дней. После этого сделать перерыв 10 дней и курс лечения повторить.

- При лечении болезней сердца заваривать как чай и пить измельченные косточки плодов абрикоса.

- При всех болезнях сердца (кроме органических пороков) полезен цветочный натуральный мед. Содержащиеся в нем глюкоза и фруктоза являются необходимым питанием для сердечной мышцы. Принимать мед следует небольшими порциями (по 1 ч. л. или по 1 ст. л. 2–3 раза в день) с молоком, творогом, фруктами и другими продуктами.

Аритмия

Аритмия – нарушение нормальной частоты или периодичности сокращений сердца, которые могут происходить и в состоянии покоя. У здорового человека в состоянии физического и эмоционального покоя частота сердечных сокращений составляет 60–90 ударов в минуту. При этом промежутки между сокращениями практически постоянны, человек не ощущает работы своего сердца. При физической нагрузке частота сердечных сокращений увеличивается (физиологическая тахикардия) при сохранении правильного ритма. Подобная же ситуация происходит и при эмоциональном напряжении, являясь естественной реакцией сердца на возбуждение нервной системы.

Аритмия – распространенное заболевание, она может возникать при любом заболевании сердца и под влиянием вегетативных, эндокринных и других нарушений обмена веществ. Особенно большое значение имеют электролитные расстройства, в частности отклонения в содержании калия и кальция в клетке. Аритмии возможны при отравлениях и некоторых лекарственных воздействиях, могут быть связаны с врожденными особенностями проводящей системы.

Причины заболевания аритмией:

- болезни центральной и вегетативной нервной системы (стрессы, неврозы, опухоли мозга, травмы черепа, инсульт), а также эндокринные болезни;
- ишемическая болезнь сердца;
- врожденные и приобретенные пороки сердца;
- другие состояния, сопровождающиеся поражением сердечной мышцы (миокардиты, кардиосклероз, инфаркт) и проводящей системы сердца (специальных волокон миокарда, которые способны проводить, а иногда и генерировать импульсы возбуждения);
- нарушение электролитного баланса (изменение содержания в крови кальция, калия, магния);
- влияние токсических веществ (бактериальные токсины, отравляющие вещества);
- недостаточное насыщение крови кислородом (сердечная недостаточность, хронические заболевания легких).

Виды аритмии

Тахикардия – учащение ритма сокращений сердца в покое, более 90 ударов в минуту. Иногда тахикардия развивается внезапно (пароксизмальная тахикардия) с высокой частотой сердечных сокращений (140–220 в минуту).

Брадикардия – урежение сердечного ритма, менее 60 ударов в минуту. Иногда редкий ритм встречается в состоянии покоя у хорошо тренированных людей. При заболеваниях, сопровождающихся нарушением проведения импульса по проводящей системе сердца (блокады сердца), частота сердечных сокращений может быть меньше 40 ударов в минуту.

Экстрасистолия – внеочередные единичные или групповые сокращения.

Мерцательная аритмия – беспорядочные сокращения сердца с различной частотой.

Синдром слабости синусового узла – заболевание сердца, в результате которого нарушается производство импульсов в основном «генераторе» импульсов – синусовом узле.

Синдром Вольфа-Паркинсона-Уайта – врожденное изменение строения проводящей системы сердца.

Фибрилляция желудочков – беспорядочные сокращения отдельных волокон миокарда с остановкой эффективной сократительной деятельности сердца (остановка кровообращения).

Признаками аритмии могут быть ощущения резкого биения сердца, перебоев в его работе, «замираний» (как бы провалов в сокращениях). При аритмии могут развиваться слабость, головокружение, обморок, боли в области сердца, повышение или понижение артериального давления.

Установить наличие заболевания можно с помощью электрокардиографии. Если аритмия возникает впервые, необходимо срочно обратиться к врачу, т. к. некоторые виды аритмий представляют из себя угрозу для жизни.

Профилактика аритмии заключается в устранении причин, приведших к заболеванию, т. е. в профилактике и лечении основного заболевания. Лечение аритмий строго индивидуально и зависит от их причины и вида нарушения ритма.

Если у больного аритмия повторяется и ему известен эффективный лекарственный препарат, подобранный врачом, то перед приходом врача следует принять это лекарство. Лицам молодого возраста с явлениями нейро-циркуляторной дистонии, при некоторых кардиалгиях может помочь корвалол (валокордин), успокаивающие средства (валериана, пустырник и др.). Тяжелый приступ аритмии, особенно возникший впервые, с нарастающими симптомами, требует вызова скорой помощи и нередко госпитализации. При лечении некоторых аритмий применяют хирургические методы – операции на сердце, подшивание искусственного водителя ритма.

При аритмии полезно применять горошек кучерявый, боярышник, элеутерококк, персик обыкновенный (плоды), нори́чник узловатый, редьку черную, жарновец метельчатый, смородину черную, прострел раскрытый, шандру, ботву молодой репы и листья молодой фасоли, редис, морковь, свеклу, орехи, апельсины, яблоки, мед, курагу, черешню, вишню, клюкву, бруснику, а также продукты моря. Авиценна рекомендовал принимать гвоздику, майоран, лишайники, цикорий, тмин, листья ясеня, гранат.

Лечение аритмии

- При аритмии размять 3 стакана спелых ягод калины, поместить в 3-литровую стеклянную банку, залить 2 л крутого кипятка, закрыть пластмассовой крышкой, хорошо укутать и оставить на 6 ч. После этого настой процедить, а ягоды тщательно отжать. В настой добавить пол-литровую банку хорошего меда (лучше майского). Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 1 месяц. Для закрепления результатов провести 3 таких курса с перерывами в 10 дней между ними. Лечебное средство хранить в холодильнике.

- При сердечных аритмиях применяется сок тысячелистника по 20–30 капель на прием вместе с 20–25 каплями сока руты в смеси с виноградным вином или другим вином малой крепости.

При болезнях сердца и аритмиях принимать отвар из цветов и листьев боярышника: залить 3 стаканами кипятка 1 ст. л. сырья и настоять, укутав, 30 мин. Процедить и пить по 1 стакану 3 раза в день после еды в течение 2–3 недель.

- При аритмии в 1 л кипящей воды всыпать 2 ст. л. сухих ягод боярышника, варить 20 мин., после чего добавить 1 стакан быстро промытых в холодной воде плодов шиповника и кипятить еще 10 мин. Снять с огня и настоять сутки в прохладном месте, процедить. Хранить в холодильнике. Принимать в теплом виде по 2 ст. л. в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 2 недели. Через 10 дней курс лечения повторить.

- При аритмии смешать водочные настойки травы очного цвета (30 мл), мелиссы (30 мл), цветков лядвенца рогатого (65 мл). Принимать по 70–100 капель 3 раза в день.
- При аритмии, неполном предсердно-желудочном блоке сердца залить 0,3 л кипятка 1 ч. л. сухой измельченной травы полыни, настоять, укутав, 1 ч., процедить. Принимать до еды утром и вечером по 1/2 стакана. После еды принимать по 1 ст. л. 3 раза в день смесь листьев крапивы с медом: на 1 кг меда брать 200 г крапивной «муки».
- При нарушениях сердечного ритма, связанных с изменением функций щитовидной железы, для лечения тиреотоксикозов, при бессоннице залить 200 мл кипятка 1 ст. л. травы зюзника европейского, настоять 2 ч., процедить. Пить по 1/4 стакана 4 раза в день за 30 мин. до еды.

Тахикардия

Тахикардия (греч. *tachys* – «быстрый», *kardia* – «сердце») – увеличение частоты сердечных сокращений (ЧСС) относительно нормы. Если в состоянии покоя появляются повышенное возбуждение и излишняя активность источника импульсов – синусового узла, – аритмия переходит в стадию тахикардии, характеризующуюся внезапными учащениями пульса от 180 ударов в минуту и выше. Кроме того, у больных, страдающих нарушениями работы нервной системы, различают особый тип заболевания – эмоциональный, вызванный сильным, устойчивым психическим перенапряжением. Для детского организма учащение ритма сердечных сокращений считается нормальным явлением.

При появлении приступов тахикардии необходимо обратиться к врачу. Выделяют две большие группы тахикардий: **желудочковая тахикардия** (когда один желудочек начинает быстро биться в нерегулярном ритме) и **наджелудочковая тахикардия**. Эти две группы тахикардии делятся в свою очередь на виды: **физиологическую тахикардию**, которая возникает во время физических и эмоциональных нагрузок (синусовая тахикардия), и **патологическую**, которая возникает в результате врожденных или приобретенных заболеваний сердца и других органов. Патологическая тахикардия опасна по нескольким причинам. Когда сердце бьется слишком быстро, то оно не успевает наполниться, что ведет к снижению выброса крови и кислородному голоданию организма, а также самого сердца. Если такая тахикардия длится достаточно долго (как правило, несколько месяцев), то может возникнуть так называемая аритмогенная кардиопатия, которая ведет к нарушению сократимости сердца и увеличению его размеров.

Основными признаками тахикардии являются: одышка, колющие боли в области сердца, бессонница, утомляемость, повышение температуры тела, ухудшение аппетита, работоспособности, настроения. Лечение тахикардии зависит от причин ее развития. В большинстве случаев нужно просто сменить образ жизни, успокоиться, отдохнуть, отказаться от вредных привычек, воздержаться от физических нагрузок. Иногда внезапное проявление болезни (пароксизм) наджелудочковой тахикардии можно прекратить рефлекторными методами: задержать дыхание, сдавить брюшной пресс, натужиться, надавить на глазные яблоки, вызвать рвотные движения.

Тахикардия может быть вызвана следующими причинами:

- сопутствующие нарушения в работе сердечно-сосудистой системы;
- различные отравления, в том числе употребление алкоголя, кофеина и никотина;
- систематические психические перегрузки;
- кровотечения;
- повышение температуры (например, при инфекционном заболевании); – воспалительные процессы;
- склонность к данному заболеванию (например, в связи со строением тела) и др.

Тахикардия может возникать как самостоятельное заболевание, так и вследствие других болезней. Выявление и определение характера заболевания проводятся врачом с помощью анализа жалоб, осмотра больного, а также путем электрокардиограммы. Лечение также должно назначаться специалистом в зависимости от причины возникновения заболевания, индивидуальных особенностей организма.

Пароксизмальная тахикардия – приступы учащенного сердцебиения с внезапным началом и внезапным окончанием. Частота сердечных сокращений может достигать 150–160 и больше в минуту. Причины ее возникновения сходны с причинами при эстрасистолии.

Лечение тахикардии

- При тахикардии выпить в 2 приема по 24 капли свежего сока руты и тысячелистника на 2 рюмки сухого вина.

- При тахикардии помогает отвар травы горицвета. Залить 1 стаканом воды 1 ч. л. травы, кипятить на малом огне 3 мин., настоять, укутав, 1 ч. и процедить. Пить по 1 ст. л. 3 раза в день в течение 2–3 недель.

- Для замедления ритма сердечных сокращений, увеличения скорости кровотока и повышения тонуса сердечной мышцы (при прогрессирующей мышечной дистрофии) залить 2 части травы льнянки 10 частями водки, настоять 21 день (на водке трава настаивается вдвое дольше, чем на спирту). Принимать при нормальном давлении по 30–40 капель, при повышенном – по 1–2 ч. л., запивая глотком воды, в течение 3–4 недель.

- При тахикардии с повышенным артериальным давлением смешать руту пахучую (траву) – 10 г, мяту перечную (лист) – 10 г, боярышник кроваво-красный (цветки) – 20 г, пустырник пятилопастный (траву) – 20 г, спаржу лекарственную (траву) – 20 г, таволгу вязолистную (траву) – 20 г, омелу белую (траву) – 20 г, сушеницу топяную (траву) – 30 г, тысячелистник обыкновенный (траву) – 30 г. Заварить 1/2 л кипятка 1 ст. л. (с верхом) смеси, настоять 2 ч. – дневная доза. Принимать 3 раза в день за 15–20 мин. до еды.

- При тахикардии с нормальным артериальным давлением смешать следующие растения: желтушник левкойный (траву) – 20 г, пустырник пятилопастный (траву) – 20 г, зверобой продырявленный (траву) – 20 г, горицвет весенний (траву) – 20 г, синюха голубая (траву) – 20 г, боярышник кроваво-красный (цветки) – 20 г, календула (цветки) – 20 г, земляника лесная (траву) – 30 г. Заварить 1/2 л кипятка 1 ст. л. (с верхом) смеси, настоять 2 ч. – дневная доза. Принимать 3 раза в день за 15–20 мин. до еды.

Успокаивает тревогу и сердцебиение сок из травы повилики европейской. Доза сока на один прием – 10 мл.

- При тахикардии с пониженным артериальным давлением смешать следующие растения: белозор болотный (траву) – 10 г, мята перечная (лист) – 10 г, пижма обыкновенная (соцветия) – 20 г, гвоздика травянка (траву) – 20 г, ландыш майский (траву) – 20 г, синюха голубая (траву) – 30 г. Заварить 1/2 л кипятка 1 ст. л. (с верхом) смеси, настоять 2 ч. – дневная доза. Принимать 3 раза в день за 15–20 мин. до еды.

- При сердцебиении смешать 1 часть измельченной свежесорванной травы гвоздики и 5 частей растительного масла и настоять 8 дней. Принимать по 10 капель 3 раза в день. Можно также залить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. травы гвоздики и выпарить отвар наполовину на слабом огне. Пить по 1 ч. л. 3 раза в день в течение 2 недель.

- При сердцебиениях и одышке заполнить стеклянную бутылку или банку с узким горлом на 3/4 объема свежими цветками ландыша, залить 70 %-м спиртом доверху (можно водкой), настоять в плотно закрытой посуде в темном месте 2 недели, процедить. Процеженная настойка желтоватого цвета, горьковатая на вкус и слабого ландышевого запаха. Принимать детям до 12 лет 5–10 капель, взрослым по 10–15 капель 2–3 раза в день за 30 мин. до еды.

- При сердцебиениях принимать внутрь по 6–7 капель миндального масла 3 раза в день, а плоды по 3 штуки, но без косточек (они ядовиты).

- При сердцебиении залить 2 стаканами прохладной, кипяченой воды 1 ч. л. сухой травы руты душистой, настоять 8 ч., периодически помешивая содержимое, процедить. Принимать по 1/2 стакана 4 раза в день за 30 мин. до еды.

- При сердцебиении залить 200 мл белого вина 4 г порошка из листьев и семян руты душистой, настоять 7 дней, периодически встряхивая, процедить. Принимать по 10–

11 капель на сахаре 1 раз, самое большое – 2 раза в день. Этот настой рекомендуется также при предрасположенности к аритмии.

- При неврозах и сильных сердцебиениях заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. измельченных корней спаржи, довести до кипения, кипятить 2 мин., положить в горячий отвар 1–2 ч. л. сушеной травы спаржи и настоять, укутав, 2 ч. Принимать по 2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды в течение 4 недель.

- При сердцебиении залить 1 стаканом кипятка 5 стебельков с листьями белозора болотного (ядовит), кипятить на малом огне 5 мин., настоять 2 ч. и процедить. Пить по 1 ч.л. 2–3 раза в день.

Быстрее отвара действует настойка: залить 1/2 л водки горсть сухой травы белозора и настоять в теплом месте 9 дней. Принимать 3 раза в день: первую неделю – по 20 капель, вторую – по 30 капель, третью – по 40 капель, а с четвертой недели – по 50 капель в течение 3 месяцев, за 30 мин. до еды, запивая каждый раз 50 мл воды или настоя травы цикория. При первых же признаках возобновления тахикардии курс лечения повторить.

- При сердцебиениях заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. сухой измельченной травы мелиссы (лимонной мяты), настоять 30 мин., процедить и пить в теплом виде по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. Если эта доза окажется слишком большой, можно ее снизить, прислушиваясь к своему организму. Лечение продолжительное.

Брадикардия

Брадикардия – одна из форм аритмии, характеризующаяся очень медленным биением сердца (пульс от 30 до 55 ударов в минуту). Вызывается понижением автоматизма синусового узла (он располагается в устье верхней и нижней полых вен, т. е. в месте впадения их в правое предсердие).

Причины брадикардии:

- склеротические изменения в миокарде, затрагивающие синусовый узел; – воздействие холода;
- повышение тонуса парасимпатической нервной системы;
- повышение внутричерепного давления (при отеке мозга, опухоли, менингите, кровоизлиянии в мозг);
- врожденные дефекты сердца (ишемическая болезнь, миокардит);
- повышенное кровяное давление;
- перенесенный инфаркт миокарда;
- эндокринные заболевания;
- гипотиреоз (снижение функции щитовидной железы);
- инфекционные заболевания (брюшной тиф, желтуха); – старение организма;
- влияние некоторых лекарственных препаратов (дигиталис, хинидин);
- повышение уровня калия в крови;
- отравление свинцом, никотином;
- голодание и другие причины.

Кроме того, брадикардия может возникать не только при измененных состояниях. Она иногда встречается у здоровых людей, хорошо тренированных спортсменов. Заболевание приводит к недостаточному снабжению организма кислородом и питательными веществами. Выражается в скачках артериального давления, в повышенной утомляемости, общей слабости, головокружении, в появлении холодного пота, обмороках по причине кислородного голодания (гипоксии) мозга, влекущего за собой неполноценное кровоснабжение. При незначительных сердечных сокращениях прямой опасности для жизни человека не бывает. Но это может служить первым сигналом о начале какого-то изменения в организме со стороны других органов и систем (например, изменение функции щитовидной железы). Если же нарушение синусового ритма выражено значительно, то очень опасными становятся обморочные состояния, т. к. в эти периоды возрастает риск внезапной остановки сердца.

Перед тем, как начать лечение, необходимо установить заболевание, которое послужило причиной нарушения синусового ритма (это может быть заболевание сердечно-сосудистой системы или же какая-то другая патология).

Если у человека обнаружена незначительная брадикардия, а заболеваний сердца при этом нет, то, как правило, она не требует специального лечения. Если же в основе нарушения лежит какой-то патологический процесс, то лечить нужно в первую очередь основное заболевание (например, стенокардию, миокардит и др.). При лечении необходимо применять средства, восстанавливающие электролитный баланс, углеводный обмен, а также устраняющие гипоксию (кислородное голодание). Сердечный ритм после этого должен прийти в норму.

Если же аритмия угрожает жизни человека, резко нарушает кровообращение, в этом случае надо применять антиаритмические препараты. Прием этих лекарств должен строго

контролироваться врачом, т. к. они не являются безопасными. Иногда они сами могут провоцировать аритмии.

Лечить брадикардию помогут ломонос прямой, плющ обыкновенный, жарновец метельчатый, пустырник сердечный и пустырник пятилопастный.

Лечение брадикардии

- При брадикардии, замедлении ритма сердечной деятельности смешать траву тысячелистника, зверобоя, репешка аптечного, чабреца, первоцвета, листья Melissa, мяты, цветки боярышника и корни одуванчика (в равных частях по весу). Добавить к 2 ст. л. измельченной смеси 1 ч. л. сухих измельченных корневищ валерианы и 10 шт. плодов можжевельника обыкновенного, залить 1/2 л кипятка, варить 10 мин., охладить, процедить. Пить по 1/2 стакана, через 2 ч. после еды.

- При брадикардии с повышенным артериальным давлением смешать желтушник левкойный (траву) – 20 г, зверобой продырявленный (траву) – 20 г, календулу (цветки) – 20 г, горец почечуйный (траву) – 30 г, землянику лесную (траву) – 30 г, котовник кошачий (траву) – 30 г, трясунку среднюю (траву) – 40 г. Заварить 1/2 л кипятка 1 ст. л. (с верхом) смеси, настоять 2 ч – дневная доза. Принимать 3 раза в день за 15–20 мин. до еды.

- При брадикардии с пониженным артериальным давлением смешать следующие растения: календула (цветки) – 10 г, копытень европейский (лист) – 10 г, фиалка собачья (траву) – 20 г, очиток едкий (траву) – 20 г, синюха голубая (траву) – 20 г, валериана лекарственная (корни) – 20 г, татарник колючий (траву) – 30 г, полынь обыкновенная (траву) – 30 г. Заварить 1/2 л кипятка 1 ст. л. (с верхом) смеси, настоять 2 ч. – дневная доза. Принимать 3 раза в день за 15–20 мин. до еды.

Кроме этого лечить брадикардию можно теми же способами, которые применяются при лечении аритмии.

Если же брадикардия прогрессирует и переходит в постоянную форму, то в таком случае необходимо хирургическое вмешательство, которое заключается в имплантации электрокардиостимулятора.

Экстрасистолия

Экстрасистолия – самая распространенная форма аритмии, которая характеризуется возникновением преждевременных сокращений сердца (экстрасистол) на фоне нормального ритма. Поскольку мышца сердца после каждого сокращения остается некоторое время невозбудимой, очередной нормальный импульс, как правило, не может вызвать систолу и возникает более длительная, чем после нормального сокращения, так называемая компенсаторная пауза. Это обычно ощущается как кратковременное замедление, «перебои в сердце».

В зависимости от места возникновения экстрасистолы подразделяются на предсердные и желудочковые. Экстрасистолы могут быть единичными и множественными, появляться беспорядочно или с определенной ритмичностью, например, после каждого нормального сокращения (бигеминия). Иногда они возникают подряд (групповые экстрасистолы).

Экстрасистолия может быть и у здоровых людей. В основном единичные редкие экстрасистолы не опасны для жизни и здоровья. Предсердные экстрасистолы могут возникать при поражении миокарда (митральные пороки сердца, кардиосклероз). Частая предсердная экстрасистолия, особенно групповая, при этих болезнях может превратиться в мерцательную аритмию. Причинами желудочковых экстрасистол могут быть как поражения миокарда, так и нервно-психические и другие нарушения.

Частая групповая и единичная желудочковая экстрасистолия может предшествовать тяжелому нарушению ритма – фибрилляции желудочков.

Обычно экстрасистолы проявляются ощущением перебоев в работе сердца, «провалов», «замираний», неприятной пульсацией. Экстрасистолия может проявляться при физических нагрузках (чаще при заболеваниях миокарда), при подъеме артериального давления или, наоборот, в покое (чаще не связанные с поражением сердца).

Причинами экстрасистолии могут быть не только заболевания сердца, но и нарушение электролитного баланса – недостаток ионов калия и магния. Нередко причиной экстрасистолии могут стать хронические заболевания органов брюшной полости (холецистит, колит, гастрит), метеоризм, остеохондроз шейного или грудного отдела позвоночника. К развитию экстрасистолии может привести длительное перенапряжение нервной системы, психическая травма, злоупотребление крепким чаем и кофе. Пожилым людям, принимающим сердечные гликозиды, необходимо помнить, что у них может появиться экстрасистолия из-за передозировки лекарственных препаратов.

Предупреждение заболевания экстрасистолией заключается в лечении основного заболевания. Лечение определяется причиной возникновения заболевания. Тяжесть протекания экстрасистолии зависит от тяжести основного заболевания, которое явилось причиной экстрасистолии. При нейро-циркуляторной дистонии, многих кардиалгиях экстрасистолии не опасны для здоровья, особенно если они редкие. При ишемической болезни сердца, особенно остром инфаркте миокарда, экстрасистолии могут быть следствием кислородного голодания сердечной мышцы. В данном случае требуется принятие неотложных мер. Особенно опасны частые и групповые экстрасистолы. В любом случае установить причину экстрасистолии и назначить лечение может только врач.

Лечение экстрасистолии

При лечении экстрасистолии используются те же лечебные средства, что и при общем лечении аритмии.

• При экстрасистолии с нормальным артериальным давлением смешать руту душистую (трава) – 5 г, будру плющевидную (трава) – 5 г, мелиссу лекарственную (трава) – 5 г, хвощ полевой (трава) – 10 г, зверобой продырявленный (трава) – 10 г, мать-и-мачеху (лист) – 10 г, землянику лесную (плоды) – 10 г, укроп огородный (измельченные семена) – 20 г, розу белую (лепестки) – 20 г, чабрец (трава) – 20 г, сушеницу лесную (трава) – 30 г, пустырник пятилопастный (трава) – 30 г. Заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. смеси, настоять, укутав, 40 мин., процедить. Употреблять по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Можно использовать другие успокаивающие средства (валериана, пустырник), корвалол или валокордин (15–20 капель), валидол (1 таблетку по язык), капли Вотчала (10–20 капель), панангин (1 таблетку).

Мерцательная аритмия

Мерцательная аритмия – одна из форм нарушения ритма сердечных сокращений, причиной которых является расстройство деятельности предсердий. Встречается при пороках сердца, кардиосклерозе, ревмокардите, тиреотоксикозе (зоб диффузный токсический). Различают пароксизмальную (приступообразную) и постоянную формы мерцательной аритмии; последняя может быть тахикармической (быстрой), с пульсом от 90 до 150–180 ударов в 1 мин., и брадикармической (медленной), при которой частота пульса не превышает 60–80 ударов в 1 мин. Тахикармическая форма сопровождается ощущением сердцебиения, толчков в груди, общим возбуждением, слабостью. При брадикармической форме мерцательной аритмии больные обычно не ощущают аритмии, и обычно она выявляется только при электрокардиографическом исследовании. В отличие от мерцания предсердий, при трепетании, возникающем по тем же причинам, число предсердных импульсов не превышает 300, пульс обычно бывает более частым – до 240–300 ударов в минуту.

Различают регулярную (когда из предсердий к желудочкам проходит каждый второй, третий и т. д. импульсы) и нерегулярную (когда сокращения предсердий и желудочков чередуются неправильно) формы трепетания. Мерцательная аритмия характеризуется полной разнородностью сердечных сокращений по частоте и силе, причем продолжительность сердечных циклов существенно различается и носит случайный характер. Встречается у больных ишемической болезнью сердца, при кардиосклерозе, митральных пороках сердца, заболевании щитовидной железы. Некоторые больные не ощущают этого состояния, другие испытывают внезапное появление беспорядочного сердцебиения, чередование сильных ударов сердца и слабых, едва уловимых. Возможно появление резкой слабости, головокружения, полубморочного состояния.

Лечение мерцательной аритмии

- При мерцательной аритмии насыпать в термос по 1 ст. л. сушеных ягод шиповника и ягод боярышника, залить 1/2 л кипятка, настоять ночь. Это на целый день. Пить утром натощак, а в полдень и вечером – за 30 мин. до еды. Каждый день настой нужно готовить заново. Если ягоды будут немного сухими, перед тем, как помещать их в термос, прокипятить 5 мин. на огне. Курс лечения – 3 месяца, 1 месяц перерыв и снова повторить. И так целый год.

- При мерцательной аритмии заварить кипятком в литровом термосе горсть измельченной коры ивы козьей, настоять 6 ч. После чего настой перелить в отдельную посуду для текущего лечения, а кора годится еще на 2 раза для приготовления настоя. Пить по 1/2–1 стакану 3–4 раза в день до еды в течение 10 дней. Сделать перерыв в 10 дней и снова повторить лечение. Далее пить как чай. Густо кору не заваривать, могут быть запоры.

Лечение мерцательной аритмии под наблюдением врача проводится препаратами наперстянки. Очень важно в первую очередь лечить те заболевания, на фоне которых возникает мерцательная аритмия: порок сердца, кардиосклероз, коронарная недостаточность, тиреотоксикоз и т. д.

- При ревматизме сердца с мерцательной аритмией, для ослабленных больных, принимающих гормональные препараты, смешать кендырь коноплевый, мирт обыкновенный – по 2 ст. л.; боярышник колючий – 3 ст. л.; джут длинноплодный – 4 ст. л.; шалфей лекарственный – 1 ст. л. Заварить 500 мл кипятка 2 ст. л. сбора, настоять 30 мин., тепло укутав. Принимать по 50 мл 4 раза в день за 30 мин. до еды.

Ишемическая болезнь сердца

Ишемическая болезнь сердца (ИБС) – хроническое заболевание, вызванное недостаточностью кровоснабжения сердечной мышцы (ишемией). Чаще, в 97–98 % случаях, ишемическая болезнь сердца является следствием атеросклероза артерий сердца, т. е. сужения их просвета за счет так называемых, атеросклеротических бляшек, образующихся при атеросклерозе на внутренних стенках артерий. Различают несколько форм ишемической болезни сердца: стенокардия, инфаркт миокарда и др.

Самая тяжелая и распространенная острая форма ишемической болезни сердца – инфаркт миокарда. Менее изученная форма ишемической болезни сердца – хроническая. Это атеросклеротический кардиосклероз, хроническая аневризма сердца, стенокардия. Ишемическая болезнь сердца – одна из главных причин смертности среди населения промышленно развитых стран. Она поражает работоспособных мужчин (в большей степени, чем женщин) неожиданно, в разгар самой активной деятельности.

Течение ишемической болезни сердца нестабильно, обострения заболевания чередуются с периодами относительного благополучия, когда может не быть субъективных причин проявления болезни. Как правило, начальные клинические проявления ишемической болезни сердца – приступы стенокардии напряжения, возникающие при физической нагрузке. Дальнейшее течение заболевания обычно длительное, годами и даже десятилетиями. В типичных случаях к стенокардии напряжения через некоторое время присоединяются приступы, возникающие в покое. В периоды обострения болезни наиболее реальна угроза развития инфаркта миокарда.

К факторам риска, способствующим возникновению и прогрессированию ишемической болезни сердца, относятся: возраст, наследственная предрасположенность, малоподвижный образ жизни, переедание, избыточный вес тела, высокое содержание липидов в крови, повышенное артериальное давление, нарушения углеводного обмена, в частности, сахарный диабет. Среди курящих ишемическая болезнь сердца распространена гораздо больше, чем среди тех, кто не курит. Ишемическая болезнь сердца распространена среди лиц с определенными чертами характера и укладом жизни. Для этих лиц характерны постоянное стремление к успеху во всех сферах деятельности и неудовлетворенность достигнутым, длительные перегрузки работой, хроническая нехватка времени. Немаловажна в вопросе профилактики ишемии и роль питания.

Своевременное и систематическое лечение гипертонической болезни, сахарного диабета предупреждает раннее развитие ишемической болезни сердца.

Чтобы иметь здоровое сердце, необходимо:

- ограничить общее количество высококалорийной пищи;
- ограничить употребление жиров животного происхождения и легкоусвояемых углеводов;
- улучшить пищевой рацион за счет растительных масел и витаминов С и группы В. Лучше перейти на четырехразовое питание с калорийностью суточного рациона в пределах 2500 ккал (при умеренной физической активности), включая в рацион продукты, содержащие большое количество полноценного белка (например, творог, нежирное мясо, рыба и др.), сырые овощи, фрукты и ягоды;
- исключить алкогольные напитки, отказаться от курения;
- регулярно заниматься физическими упражнениями или увеличить физическую активность. При умственной работе следует выделять время для прогулок, физического

труда, занятий физкультурой и т. д. Выходные дни и отпуск рекомендуется проводить за городом, в туристических походах, на лыжах и т. д.

Лечение ишемической болезни сердца

- При ишемической болезни и одышке смешать 1 л натурального меда, сок 10 лимонов, 10 головок (не долек!) чеснока, очищенных и пропущенных через мясорубку. Настоять смесь 7 дней в закрытой банке. Принимать по 4 ч. л. 1 раз в день, медленно рассасывая каждую ложечку. Лечение должно вестись строго по графику, без пропусков. Курс – весь объем приготовленного средства.

- При ишемической болезни сердца приготовить лечебное средство из двух составов.

Первый состав: залить 500 мл водки 500 г натурального меда (лучше майского), тщательно перемешать деревянной ложечкой и настоять в темном теплом месте 2 ч.

Второй состав: заварить 1 л крутого кипятка измельченный корень валерианы, траву пустырника, сушеницы топяной, спорыша, ромашки (всего по одной щепотке). Поставить на огонь, довести до кипения и кипятить под крышкой на слабом огне 5 мин., настоять 1,5 ч., процедить через несколько слоев марли.

Первый состав смешать со вторым и поставить в темное место на 3 дня. Принимать: в первую неделю по 1 ч. л. 2 раза в день утром и вечером, а начиная со второй недели – по 1 ст. л. Курс лечения – весь приготовленный состав. Затем сделать перерыв 7–10 дней (за это время приготовить вторую порцию состава) и лечение продолжить. Полный курс лечения – 1 год.

Это средство противопоказано больным с пониженным давлением.

- При ишемии залить 1/2 л водки 4 ст. л. измельченного или пропущенного через кофемолку высушенного корня лопуха, настоять 40 дней в темном месте, обернув банку черной материей. Затем настой процедить и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Корни лопуха нужно выкапывать с 20 мая по 1 июня до восхода или после заката солнца.

При ишемической болезни сердца растолочь 3 стакана спелых ягод калины, поместить их в 3-литровую стеклянную банку, залить 2 л крутого кипятка, закрыть пластмассовой крышкой, и настоять 6 ч., тепло укутав. Процедить через дуршлаг и марлю, сливая настой в эмалированную посуду. Туда же слить настой из тщательно отжатых ягод. В настой добавить пол-литровую банку хорошего меда (лучше майского), тщательно размешать, чтобы мед полностью растворился. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 1 месяц. Для закрепления результатов провести 3 таких курса с перерывами в 10 дней. Лечебное средство хранить в холодильнике.

Стенокардия

Классическим симптомом ишемической болезни сердца является **стенокардия**, которая развивается из-за недостаточного снабжения сердца кислородом. Когда одна из артерий сердца временно лишается кислорода, она сужается. Это и называют стенокардией или грудной жабой.

При стенокардии периодически возникают острые приступы сжимающей (давящей) боли в левой половине грудной клетки, отдающие в левую руку. Эти приступы вызывают чувство страха и слабость. Спазмы или сужения сосудов длятся недолго, обычно не больше

нескольких секунд, иногда 3–5 минут, реже более 15–20 минут. Если спазм длится полчаса, есть основание для подозрения на коронарную закупорку.

Иногда причинами уменьшения объема крови, протекающей по коронарным артериям, бывают расслаивающаяся аневризма, инфекционный васкулит, сифилис и врожденные дефекты коронарных артерий. Кровоток может также снижаться в результате спазма коронарных артерий. Болезнь чаще поражает мужчин, чем женщин; преобладает у белого населения, у людей среднего и пожилого возраста. Раньше это заболевание редко встречалось у молодых женщин, в настоящее время из-за злоупотребления курением, приемом противозачаточных средств и перегрузок на работе, молодые женщины стали страдать этим заболеванием наравне с мужчинами.

Встречаются три основные формы стенокардии:

1. **Стабильная стенокардия**, при которой боль в груди носит предсказуемый характер, т. е. можно заранее предвидеть частоту и длительность приступов; боль в состоянии покоя проходит или ее можно снять нитроглицерином.

2. **Нестабильная стенокардия**, когда боли в груди увеличиваются, появляются чаще, становятся более длительными, причем начинают возникать и по незначительным поводам.

3. **Стенокардия Принцметала**, вызванная спазмом коронарных артерий, возникающим без видимых причин.

Обычно приступы стенокардии повторяются с определенной регулярностью. Пациент может предвидеть время и причины приступов, заранее зная, что приступы проявляются обычно после стресса или физического напряжения. Все это характеризует стабильную стенокардию.

Однако в некоторых случаях стенокардия может иметь непредсказуемое течение. Это проявляется в неожиданно сильных или часто повторяющихся приступах грудной боли, возникающих при минимальной физической нагрузке или даже в состоянии покоя. Эта форма стенокардии называется нестабильной или стенокардией покоя и нуждается в особо тщательном лечении.

О нестабильной стенокардии можно говорить и в случае возникновения всех симптомов инфаркта, которые, однако, не подтверждены клиническими тестами и при которых отсутствует повреждение сердечной мышцы.

Для успешного лечения стенокардии в первую очередь следует проводить профилактические мероприятия – легче предупредить болезнь, нежели ее лечить. К факторам риска относятся: повышенное артериальное давление, повышенный уровень холестерина в крови, избыточный вес, курение.

На протяжении многих лет средством профилактики и лечения стенокардии являются нитраты. В настоящее время применяются тринитраты, динитраты и моонитраты. Они расширяют сосуды сердца, увеличивают приток кислорода к сердечной мышце и снижают напряжения стенки миокарда. К нежелательным эффектам применения нитратов относятся головная боль, покраснение лица, падение артериального давления, головокружение и развитие нечувствительности организма к определенной дозе препарата (толерантности). Кроме нитратов, в лечении стенокардии используются бета-блокаторы, которые снижают частоту и силу сердечных сокращений, и блокаторы кальциевых каналов, препятствующие спазму сосудов.

В особо тяжелых случаях стенокардии, когда лечение лекарствами не приводит к ожидаемому результату, проводятся хирургические мероприятия (коронарное шунтирование) и балонная ангиопластика.

Коронарное шунтирование – хирургическая операция, при которой кровеносный сосуд вживляется в заблокированный участок коронарной артерии, чтобы восстановить кро-

воток в снабжаемой этой артерией части сердца обходным путем. Для пересадки обычно используют загрудинные артерии или вены ног.

Ангиопластика включает использование катетера с маленьким баллоном на конце, который вводят в бедренную или подмышечную артерию и продвигают до места сужения коронарного сосуда. В месте сужения баллон быстро растягивается или надувается, что устраняет спазм.

К мерам профилактики стенокардии относятся: физическая активность, правильное и полноценное питание, снижение количества употребляемого алкоголя, полный отказ от курения.

Процесс лечения стенокардии длительный (может продолжаться месяцами), постоянный и непрерывный. Для лечения стенокардии (грудной жабы) применяются лекарственные растения, улучшающие состав крови за счет снижения ее свертывающей активности. Это – растения – салицилаты (ива, лабазник, пион, сабельник) и кумарины (донник лекарственный). Одновременно надо применять в лечении и лекарственные растения, улучшающие венозный возврат к сердцу – это мята перечная, полевая, садовая. Можно применять каштан конский, базилик эвгенольный. Для снижения холестерина и триглицеридов в крови применяют бессмертник песчаный, грыжник голый, календулу лекарственную, клевер луговой, манжетку лекарственную, омелу белую и другие растения. Трава душица (материнка) восстанавливает сосуды.

Лечение стенокардии

- При стенокардии срезать ниточкой 2 листа алоэ с растения возраста 3–5 лет, выжать из них сок. Добавить сок 2 лимонов среднего размера и 500 г натурального меда. Сбор смешать в эмалированной посуде деревянной ложкой и переложить в стеклянную банку, которую хранить на нижней полке холодильника. Перед приемом перемешать деревянной ложкой. Принимать 3 раза в день по 1 ст. л. за 1 ч. до еды. Курс лечения – приготовленная порция. В зависимости от самочувствия в течение года повторить курс лечения 3–4 раза с перерывом 1 месяц.

- При стенокардии, сопровождающейся одышкой, рекомендуется в эмалированную посуду отжать сок 10 лимонов (для этого их можно пропустить через мясорубку), положить туда измельченные 5 головок чеснока и смешать все с 1 л меда, после чего поставить в прохладное место на неделю. Принимать по 4 ч. л. 1 раз в день, медленно, с паузой перед приемом очередной порции в течение двух недель.

- При стенокардии помогает настой боярышника и шиповника: 7 ст. л. (с верхом) смеси ягод боярышника и шиповника залить 2 л кипятка, поставить на теплоизоляционную подставку, тепло укутав, и настаивать сутки. Процедить, выжать набухшие ягоды и поставить настой в холодильник. Пить по 1 стакану 3 раза в день во время еды вместо чая в течение 2–3 недель. Этим способом излечивались даже такие больные, которые держались только на нитроглицерине.

- При стенокардии смешать лабазник вязолистный (цветки) – 2 части, календулу лекарственную (цветки) – 2 части, донник лекарственный (цветки) – 1 часть, багульник болотный (побеги) – 1 часть, шлемник байкальский (корень) – 2 части. Заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. смеси с верхом, греть 15 мин. на водяной бане. Настоять и процедить. Довести до исходного объема. Принимать по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 1,5–2 месяца.

При стенокардии помогает сок свежей травы пустырника. На зиму его можно законсервировать. Залить сок спиртом или водкой в соотношении 1:1. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день в течение месяца.

- При хронических нарушениях коронарного кровообращения, сердцебиения и нарушении пульса заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. измельченного корня валерианы, оставить на ночь в термосе. Пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды в течение 2–3 недель.

- При стенокардии смешать 100 г соцветий ромашки аптечной, по 50 г листьев омелы, травы пустырника, мелиссы, цветков боярышника, по 20 г травы руты и корневищ валерианы. Залить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. смеси, настоять, укутав, 20 мин., процедить. Пить теплым, 2 раза в день, по 1 стакану.

- При стенокардии (грудной жабе) залить 100 г водки 10 г сухих семян иберийки, настоять в темном месте при комнатной температуре 2 недели, периодически встряхивая содержимое, процедить. Принимать по 5–10 капель с водой, 3 раза в день за 20 мин. до еды.

- При стенокардии залить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. сухой измельченной травы повилки европейской, настоять на кипящей водяной бане 15 мин., охладить при комнатной температуре 45 мин., процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день, за 30 мин. до еды.

Полезные советы

При стенокардии необходимо соблюдать следующие правила:

1. Исключить из диеты все жиры животного происхождения.
2. Отказаться от продуктов животного происхождения, как от источников холестерина (и особенно от таких богатых холестерином продуктов, как мозги, яичный желток, сливочное масло, сметана, сливки, сыры, печень, почки, икра).
3. Совершать прогулки 2 раза в день, взяв с собой таблетки нитроглицерина.
4. Для предупреждения приступов боли за грудиной нужно принимать лекарство до ожидаемого приступа.
5. Занимаясь физическими трудом или упражнениями, не следует доводить себя до физического и нервного переутомления.
6. Нельзя подниматься на верхние этажи по крутым ступенькам или в горы, носить тяжести и гулять при холодном ветре.
7. Следить за регулярностью опорожнения кишечника, прибегая при необходимости к слабительным средствам.
8. Свести к минимуму потребление спиртных напитков, а лучше совсем от них отказаться, поскольку алкоголь нарушает обмен веществ.
9. Отказаться от курения, т. к. никотин является сильным сосудосужающим ядом.
10. Пить соки и настойки цветов и листьев боярышника (по 50–60 капель в течение 2–3 недель).

Инфаркт миокарда

Инфаркт миокарда – одна из форм ишемической болезни сердца, причиной которой явилось развитие одного или нескольких очагов омертвения в сердечной мышце, вызванного абсолютной или относительной недостаточностью ее кровоснабжения. Чаще причиной развития инфаркта миокарда является поражение венечных артерий сердца при атеросклерозе, приводящее к сужению их просвета. Нередко к атеросклеротическому процессу присоединяется тромбоз (закупорка сосуда) в зоне поражения сосуда, ведущий к полному или частичному прекращению поступления крови к соответствующему участку мышцы сердца. Образованию тромба способствуют нарушения процессов свертывания крови. Определенную роль играет спазм, ветвей венечных артерий. Возникновению инфаркта миокарда способствуют также гипертоническая болезнь, сахарный диабет, ожирение, нервное перенапряжение и психическая травма, курение. В большинстве случаев инфаркт миокарда развивается на фоне стенокардии, при которой резкое физическое или психическое напряжение может стать непосредственной причиной развития инфаркта миокарда.

Основным проявлением инфаркта миокарда является длительный приступ интенсивной боли в груди, вызванный острым недостатком крови в участке мышцы сердца, лишенного достаточного количества кислорода. Обычно боль бывает сжигающей, раздражающей, жгучей, располагается в центре грудной клетки (за грудиной) или левее, нередко распространяясь вверх и вправо, отдает в левую руку или обе руки, в спину, нижнюю челюсть. Как правило, приступ длится несколько часов, а иногда даже сутки, сопровождаясь резкой слабостью, чувством страха смерти, а также одышкой и другими проявлениями нарушения работы сердца.

Инфаркт миокарда – это завершающий этап процесса, который начался за много лет до этого. Развитие атеросклероза коронарных артерий, как основной причины всех инфарктов, происходит в течение многих лет, а порой и десятилетий. Причем, само развитие атеросклероза никак не ощущается самим пациентом. Определить состояние сосудистой стенки можно двумя путями: методом коронарографии (делать его без показаний дорого и опасно) и методом снятия электрокардиограммы, результаты которой покажут объем жировых бляшек на стенках сосудов и наличие в крови холестерина. Второй метод более надежен, занимает мало времени и спасает жизнь, предотвращая инфаркт миокарда, а заодно и инсульт. Проходить такой миниосмотр желательно 1 раз в год всем мужчинам после 35 лет и всем женщинам после 40 лет.

Проявления и исход инфаркта зависят в основном от его размера и места нахождения. Некроз характеризуется необратимостью повреждения. Через 1–2 недели после инфаркта отмерший участок сердца начинает замещаться рубцовой тканью. Окончательное формирование рубца завершается через 1–2 месяца.

Питание больного в первые дни заболевания включает легкоусвояемую пищу (соки, кисели, кефир, яйца всмятку). Исключаются продукты, вызывающие повышенное газообразование в кишечнике.

Около 15–20 % больных инфарктом миокарда погибают на догоспитальном этапе, еще 15 % – в больнице. Общая смертность при инфаркте миокарда – 30–35 %. Большая часть больничной смертности приходится на первые двое суток, поэтому основные лечебные мероприятия проводят именно в этот период.

Профилактика инфаркта миокарда

- Для предотвращения развития сердечного приступа, при появлении боли в области сердца рекомендуется проглотить целиком небольшой очищенный зубчик чеснока. Средство это однократное, к нему можно прибегнуть при отсутствии под рукой нитроглицерина.
- Для профилактики инфаркта миокарда смешать с водой настойки арники (10 капель), чистотела (25 капель), безвременника осеннего (20 капель). Выпить за день 3 такие дозы.
- В самом начале заболевания инфарктом миокарда полезно 2 раза в день пить сок моркови с растительным маслом (1/2 стакана сока и 1 ч. л. масла).

В острый период инфаркта миокарда принимать 2 %-й раствор маточного молочка на меду (2 г молочка на 100 г меда) по 1/3 ч. л. 2–3 раза в день под язык до полного растворения в течение 2 недель. Далее по 1/2 ч. л. 3 раза в день еще 2 недели. И еще 1 месяц по 1 ч. л. 3 раза в день.

- Для устранения последствий инфаркта разрезать на 4 части тщательно вымытых 3 лимона средних размеров, выжать из них сок, а кожицу мелко порезать и сложить в эмалированную кастрюльку. Туда же поместить растолченную головку чеснока среднего размера. Смесь залить 1 л кипятка, настоять 1 сутки, процедить и смешать с выжатым ранее соком лимона. Пить ежедневно утром натощак по 50 мл 1 раз в день за 30 мин. до еды.

Настой хранить в холодильнике. Лечение продолжительное с периодическими перерывами в 10–20 дней.

- Залить 4 стаканами кипятка 3 ст. л. сушеных желтых венчиков первоцвета и оставить в термосе на ночь. Выпить все в течение дня. Курс лечения – 3–4 недели.
- При инфаркте миокарда смешать водочные настойки травы очного цвета (20 мл), незрелых семян овса (50 мл), пассифлоры мясистой (55 мл). Принимать по 30–50 капель 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

Сердечная астма

Сердечной астмой называют приступы одышки, достигающей степени удушья. Причина одышки и удушья заключается в застое крови в легочных венах из-за трудности ее оттока в левый желудочек сердца. Застой крови в малом круге кровообращения возникает в основном из-за слабости мышц левого желудочка при нормальной деятельности правого отдела сердца. В этом случае жидкая часть крови (плазма) выходит за пределы кровеносных сосудов легких и пропитывает собой их ткань и даже мелкие бронхи. Легочная ткань отекает, затрудняется дыхание, появляется одышка, а в тяжелых случаях – удушье.

Сердечная астма возникает в следующих случаях:

- сужение левого атриовентрикулярного отверстия (митральный стеноз);
- левожелудочковая сердечная недостаточность при миокардите;
- острый инфаркт миокарда;
- обширный кардиосклероз;
- аневризм левого желудочка;
- аортальный порок сердца;
- недостаточность митрального клапана;
- повышение артериального давления (АД), сопровождающееся перенапряжением миокарда левого желудочка.

Возникновению сердечной астмы способствуют увеличение объема кровообращения (например, при физических нагрузках, лихорадке), массы циркулирующей крови (например, при беременности, после введения в организм больших количеств жидкости и др.), а также горизонтальное положение больного; при этом создаются условия повышенного притока крови к легким. Из-за застоя крови и увеличения давления в легочных капиллярах развивается отек легких, нарушающий газообмен в альвеолах и проходимость бронхиол, с чем связано возникновение одышки; в некоторых случаях нарушение дыхания усугубляется рефлекторным бронхоспазмом.

Возникновение сердечной астмы в дневное время обычно связано с физической или эмоциональной нагрузкой, повышением артериального давления (АД), приступом стенокардии; иногда приступ провоцируется обильными едой или питьем. Перед наступлением приступа больные нередко ощущают стеснение в груди, сердцебиение. При возникновении сердечной астмы ночью (что встречается чаще) больной просыпается от ощущения нехватки воздуха, затрудненного дыхания, стеснения в груди, появления сухого кашля; он испытывает беспокойство, чувство страха, лицо покрывается потом. Во время приступа больной начинает дышать ртом и садится в постели или встает (при вертикальном положении тела одышка уменьшается). Число дыханий при этом достигает 30 и более в минуту.

При жестком дыхании иногда (при бронхоспазме) слышатся сухие свистящие хрипы (обычно менее обильные и менее «свистящие», чем при бронхиальной астме), часто бывают влажные хрипы в подлопаточных областях с обеих сторон или только справа. В последующем может развиваться альвеолярный отек легких с резким нарастанием одышки, отделением при кашле светлой или розовой пенистой жидкости.

В этом случае больного надо удобно усадить в постели или кресле, на бедра наложить жгуты (для затруднения венозного оттока, т. е. не слишком туго), освободить живот от пояса, обеспечить больному приток свежего воздуха, дать кислородную подушку. Если рядом присутствует врач или медицинская сестра, больному вводят 40–80 мг фуросемида (лазикса), 10 мг седуксена (диазепама), а при развившемся приступе удушья и признаках начинающе-

гося альвеолярного отека легких – морфин (1 мл 1%-го р-ра) или дроперидол (2 мл 0,25 %-го р-ра). Если сердечная астма вызвана левожелудочковой недостаточностью, вводят сердечные гликозиды (коргликона, строфантина). При наличии острого поражения сердца проводится лечение основного заболевания.

Работу левого отдела сердца усиливают сердечные гликозиды, уменьшающие застой крови в малом круге кровообращения и устраняющие отеки легких сердечного происхождения. По своей химической структуре все сердечные гликозиды напоминают половые гормоны и гормоны коры надпочечников, имеющие стероидную структуру. Такие гликозиды содержатся в растениях семейства лютиковых, бобовых, лилейных и др., однако наилучшим средством является наперстянка. Длительный прием лекарств растительного происхождения не вызывает лекарственной зависимости. С другой стороны передозировка этих веществ опасна аритмией и остановкой сердца, наиболее опасны препараты группы строфанта, вводимые в вену. Поэтому лучше принимать низкие дозы сердечных гликозидов.

Если все же передозировка произошла, нейтрализовать действие сердечных гликозидов в желудочно-кишечном тракте нужно раствором перманганата калия (марганцовка) или малиновым сиропом, принимаемым внутрь. Эти средства разрушают или связывают сердечные гликозиды.

Лечение сердечной астмы

- При удушье в груди и кровотечениях залить 1 ст. л. листьев земляники 400 мл воды. Выпарить до половины объема. Пить отвар через каждые 2 ч. по 1 ст. л.

- При одышке: смешать по 200 мл оливкового масла и пшеничной водки. Смесь пить по 50 мл 3 раза в день в течение 3–4 недель.

- При сердечной астме заварить 1 стаканом кипятка 1/2 ст. л. апрельской крапивы, 1 ст. л. апрельской лебеды и 1 ст. л. молодых листьев камыша, настоять, укутав, 2 ч. Добавить 1/2 ч. л. пищевой соды, размешать и настоять 10 дней в тепле на свету. Принимать по 1 ч. л. 1 раз в день за 30 мин. до еды в течение 3–4 недель.

- Для уменьшения одышки заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. травы мелиссы. Настоять 20 мин., процедить. Употреблять по 1 ст. л. 3–4 раза в день.

При одышке, сопутствующей заболеваниям сердца и легких, залить 1 стаканом спирта или водки 1 ст. л. цветков каштана конского, настоять в сухом темном месте 7 дней, отжать и процедить. Принимать по 30–40 капель на 1/3 стакана теплой воды 3–5 раз в день за 30 мин. до еды.

- При «сердечной» одышке пропустить через мясорубку 10 лимонов (без косточек) и 10 головок очищенного от кожуры чеснока. Полученную массу залить 1 л немного нагретого меда, настоять 14 дней. Принимать перед сном по 1 ст. л.

Если сердечная одышка сочетается с гипертонией, то нужно добавить 100 г цветков боярышника.

Послеоперационным больным давать укрепляющую смесь из 1 стакана изюма, 1 стакана грецких орехов, 1 стакана меда и сока одного большого лимона. А для увеличения гемоглобина рекомендуют на ночь залить горстку изюма 1 стаканом кипятка и поставить в изголовье. Утром, не вставая с постели, съесть все ягоды и выпить воду.

Для этой же цели можно съедать по 1 ст. л. пасты из 1 кг изюма, кураги, чернослива без косточек, инжира и шиповника (залить на ночь холодной водой вровень с ягодами, а утром провернуть через мясорубку). Хранить в холодильнике.

- При одышке любого происхождения хорошо помогает чай из листьев клюквы. Можно пить его без ограничения, добавляя по вкусу мед.

- Поможет облегчить состояние при одышке настой сухих листьев сирени. С этой целью заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. сырья, настоять 2 ч., процедить. Принимать по 1–2 ст. л. 3–5 раз в день за 30 мин. до еды.

- Помогут пожилым людям при одышке свежие листья крапивы, смешанные с медом: залить 1/2 л водки или 50–60 %-го спирта 40 г свежей майской крапивы. Горлышко бутылки завязать марлей. Первые сутки держать на окне, а затем 6 суток – в темноте. Принимать по 1 ч. л. натошак за 30 мин. до еды и на ночь перед сном. Курс лечения – полный объем бутылки. Это средство придаст бодрость, здоровье, улучшит работу сердца, сосудов, состав крови.

Сердечная недостаточность

Сердечная недостаточность – это болезненное состояние, вызванное в основном понижением сократительной способности сердечной мышцы и вследствие этого неспособностью сердца, как насоса, обеспечивать нормальное кровообращение.

Причины сердечной недостаточности

– Перегрузка и переутомление сердца вследствие артериальной гипертонии, пороков сердца, нарушение его кровоснабжения при инфарктах миокарда, миокардитах, токсических влияниях (например, при базедовой болезни) и т. д. По этим причинам происходит застой крови, поскольку ослабленная сердечная мышца не может обеспечивать должного кровообращения.

– Наиболее распространенной причиной сердечной недостаточности является сужение артерий, снабжающих кислородом сердечную мышцу, – ишемическая болезнь сердца. Ишемия, в свою очередь, зачастую является следствием закупорки сосудов сердца жироподобными веществами (холестерином).

– Инфаркт миокарда, в результате которого какая-то часть ткани сердца отмирает и зарубцовывается. Сердечная недостаточность, вызванная нарушениями работы сердца, по причине формирования рубцовой ткани, замещающей сердечную мышцу после перенесенного инфаркта, является непосредственным продолжением болезненного процесса: стенокардия – инфаркт – постинфарктный кардиосклероз (рубец) – сердечная недостаточность.

– Артериальная гипертония. Сердцу требуется намного больше усилий, чтобы продвигать кровь по суженным сосудам, что приводит к увеличению его размеров, в частности левого желудочка. Недостаточность левого желудочка сердца протекает с застоем крови в легких (это сопровождается одышкой, цианозом, кровохарканьем и т. д.), а правого желудочка – с венозным застоем в большом круге кровообращения (отёки, увеличенная печень и др.).

– Сердечные аритмии (нерегулярные сокращения сердца). Опасным для развития заболевания считается количество ударов более 140 в минуту, т. к. нарушаются процессы наполнения и выброса крови сердцем.

– Изменения со стороны клапанов сердца приводят к нарушениям наполнения сердца кровью.

– Гормональные нарушения (например, гипертиреоз – избыточная функция щитовидной железы).

– Воспаления сердечной мышцы, вызванные алкогольным, наркотическим или токсическим поражением.

– Инфекционные воспаления сердечной мышцы, (миокардиты, эндокардит).

В некоторых случаях не представляется возможным установить точную причину, вызвавшую сердечную недостаточность. Такое состояние называют идиопатической сердечной недостаточностью.

Признаки сердечной недостаточности:

– Слабость и быстрая утомляемость.

– Посинение кожи конечностей (цианоз), часто сопровождаемое ознобом. Это говорит о недостаточной концентрации кислорода в крови.

– Отеки, преимущественно на нижних конечностях.

– Одышка, особенно усиливающаяся при горизонтальном положении больного, что вызывает желание находиться даже в постели в полусидячем положении. Неестественная одышка ощущается при физических усилиях, ранее ее не вызывавших. В этом случае нужно немедленно обратиться к врачу, поскольку одышка – это не самый ранний признак сердечной недостаточности. Более ранние ее признаки установить трудно.

– Головокружение, потемнение в глазах и другие характерные признаки.

Проявлениями болезни являются замедление скорости общего кровотока, уменьшение количества крови, выбрасываемого сердцем, повышение давления в сердечных камерах, скопление избыточных объемов крови, с которыми не справляется сердце, в различных органах и тканях тела, как правило, в ступнях, икрах, бедрах, животе и печени.

В результате повышения давления и скопления жидкости в легких может происходить такое явление, как нарушение дыхания. В здоровом организме кислород легко проходит из богатой капиллярами ткани легких в общий кровоток, однако при скоплении жидкости в легких, что наблюдается при сердечной недостаточности, кислород не поступает в капилляры в достаточном количестве. Низкая концентрация кислорода в крови становится причиной учащенного дыхания. Зачастую больные просыпаются по ночам от приступов удушья.

Выход жидкости из кровяного русла в ткани и органы может вызывать не только проблемы дыхания и расстройства сна. Это приводит и к резкому повышению веса тела из-за отеков мягких тканей в области ступней, голени, бедер, иногда и в области живота. Отеки явственно чувствуются при нажатии пальцем в этих местах.

В особо тяжелых случаях жидкость может скапливаться внутри брюшной полости. Возникает опасное состояние – асцит. Обычно асцит является осложнением запущенной сердечной недостаточности. Когда определенное количество жидкости из кровяного русла выходит в легкие, возникает отек легких, который сопровождается розовой, кровянистой мокротой при кашле. Недостаточность кровоснабжения оказывает свое влияние на все органы и системы человеческого организма. Со стороны центральной нервной системы, особенно у пожилых людей, может происходить снижение умственной деятельности.

Различные признаки сердечной недостаточности зависят от того, какая сторона сердца вовлечена в процесс. Например, левое предсердие (верхняя камера сердца) принимает наполненную кислородом кровь из легких и нагнетает ее в левый желудочек (нижняя камера), который, в свою очередь, качает кровь в остальные органы. В случае если левая сторона сердца не может нормально продвигать кровь, она забрасывается обратно в легочные сосуды, а избыток жидкости проникает через капилляры в альвеолы, вызывая трудности с дыханием.

Другими признаками левосторонней сердечной недостаточности являются общая слабость и избыточное отделение слизи (иногда с примесью крови). Правосторонняя недостаточность возникает в случаях затруднения оттока крови из правого предсердия и правого желудочка, что бывает, например, при плохой работе сердечного клапана. В результате повышается давление и накапливается жидкость в венах, оканчивающихся в правых камерах сердца – венах печени и ног. При этом печень увеличивается в объеме, становится болезненной, а ноги сильно опухают. При правосторонней недостаточности происходит повышенное ночное мочеиспускание.

При застойной сердечной недостаточности почки не могут справляться с большими объемами жидкости, и развивается почечная недостаточность. Соль, которая в норме выводится почками вместе с водой, задерживается в организме, вызывая еще большую отеочность. Почечная недостаточность обратима и исчезает при соответствующем лечении главной причины – сердечной недостаточности.

Застойная сердечная недостаточность встречается чаще у пожилых людей. Болезнь чаще встречается у женщин, поскольку мужчины до этого не доживают – они умирают непосредственно от поражения сосудов (инфаркт миокарда).

По оценкам, около 50 % пациентов с сердечной недостаточностью проживают с этим заболеванием более 5 лет. Однако прогнозы у каждого отдельного пациента зависят от степени тяжести болезни, сопутствующих заболеваний, возраста, эффективности терапии, образа жизни и многого другого.

Поначалу организм самостоятельно пытается справиться с происходящими в нем неестественными изменениями. Происходят изменения со стороны сердечной мышцы. Камеры сердца увеличиваются в размере и работают с большей силой, чтобы большее количество крови поступало к органам и тканям. Увеличивается частота сердечных сокращений. Запускается компенсаторный механизм. Когда количество крови, выбрасываемое сердцем, сокращается и к внутренним органам поступает меньше кислорода, почки немедленно начинают выработку гормона – ренина, который позволяет задерживать соль и воду, выводимые с мочой, и возвращать их в кровяное русло. Это приводит к увеличению объема циркулирующей крови и повышению давления. Этот компенсаторный механизм, однако, приносит пользу только на ранних стадиях болезни. Если такие изменения в организме продолжают достаточно долго, сердце уже не может работать в усиленном режиме в условиях повышенного давления.

Лечение сердечной недостаточности

Лучшее лечение сердечной недостаточности – это ее профилактика, которая включает в себя соблюдение здорового образа жизни, регулярное выполнение физических упражнений (при этом физические нагрузки должны быть меньшими, чем прежде), соблюдение диеты (пища, богатая белками и витаминами, калием с ограничением поваренной соли), лечение болезней, вызвавших сердечную недостаточность (артериальная гипертензия, атеросклероз и др.).

Для медикаментозного лечения сердечной недостаточности используются такие группы препаратов, как диуретики, сердечные гликозиды, сосудорасширяющие средства (нитраты), блокаторы кальциевых каналов, бета-блокаторы и др. В особо тяжелых случаях проводится хирургическое лечение.

Диуретики (фуросемид, гипотиазид, триампур, урегит и др.) используются с 50-х годов XX столетия. Препараты помогают работе сердца, стимулируя выведение избытка соли и воды с мочой. В результате уменьшается объем циркулирующей крови, снижается артериальное давление, облегчается кровоток.

Сердечные гликозиды (строфантин, дигоксин, дигитоксин, целанид и др.) впервые были открыты в XVIII веке и широко применяются по сей день. Они влияют на внутренние обменные процессы внутри клеток сердца, увеличивая силу сердечных сокращений. Благодаря их воздействию улучшается кровоснабжение внутренних органов.

Сосудорасширяющие средства (вазодилаторы) – новые классы лекарственных средств. Эти препараты в первую очередь влияют на периферические артерии, стимулируя их расширение, тем самым, улучшая работу сердца. К сосудорасширяющим средствам относятся нитраты (апрессин, коринфар, празозин, капотен и др.), блокаторы ангиотензинпревращающего фермента, блокаторы кальциевых каналов.

В экстренных случаях проводят хирургическое вмешательство, что особенно важно, когда недостаточность вызвана нарушениями со стороны сердечных клапанов.

Существуют ситуации, когда единственным способом сохранения жизни пациенту является пересадка сердца.

Для профилактики ослабления сердечной деятельности и тонуса сосудов при различных, особенно истощающих, заболеваниях применяются следующие растения: аралия маньчжурская, бадан толстолистный, женьшень, заманиха, золотой корень (радиола розовая), клюква, крапива двудомная, лимонник китайский, репа, хвощ полевой, хрен, элеутерококк колючий и др.

При лечении сердечной недостаточности с успехом можно пользоваться и методами народной медицины. Однако перед этим надо обязательно посоветоваться с врачом. Неквалифицированное самолечение может привести к нежелательным последствиям.

- При сердечной недостаточности смешать плоды аниса – 2 части, корни валерианы – 1 часть, траву тысячелистника – 1 часть, листья мяты – 1 часть. Заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. смеси, настоять 30 мин., процедить. Принимать в течение дня.

- При стенокардии, сердечной слабости различного происхождения залить 100 мл 70 %-го спирта 10 г цветков арники горной, настоять в сухом и темном месте 10 дней. Процедить и принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды. Вместо настойки можно применять и отвар арники: заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. цветков, настоять, укутав 15 мин. Процедить и пить по 1–2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

- При хронической сердечной недостаточности, сопровождающейся одышкой и отеками, принимать настой травы астрагала пушистоцветкового: залить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. травы, настоять 1–2 ч., процедить. Принимать по 2–3 ст. л. 3–5 раз в день за 30 мин. до еды, добавляя по вкусу мед.

Для укрепления сердечной мышцы употреблять плоды барбариса обыкновенного по 50 г 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

- При функциональном расстройстве сердечной деятельности, сердечной слабости, ангионеврозах, бессоннице у сердечных больных, гипертиреозе с тахикардией, начальных формах гипертонической болезни, атеросклерозе залить 100 мл водки или 70 %-го спирта 10 г цветков с листьями боярышника, настоять 10 дней в сухом, защищенном от света месте. Процедить и принимать по 20–30 капель с водой 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 20–30 дней. Хранить в темной стеклянной посуде. Настойка понижает возбудимость центральной нервной системы, тонизирует сердечную мышцу, усиливает коронарное мозговое кровообращение, устраняет аритмию и тахикардию, снижает кровяное давление, избавляет от одышки. Для укрепления сердца полезно регулярно принимать боярышник в любом виде.

- При сердечной недостаточности заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. сухих измельченных плодов боярышника. Настоять 2 ч. в термосе. Принимать по 1–2 ст. л. 3–4 раза в день до еды.

- При сердечной недостаточности смешать цветки боярышника – 5 частей, траву горца птичьего – 3 части, траву хвоща полевого – 2 части. Заварить 1 стаканом кипятка 2 ч. л. смеси, настоять 1–2 ч., процедить. Пить в течение дня.

- При сердечной недостаточности залить 1 стаканом холодной воды 1 ст. л. измельченных сухих корней валерианы, настоять 8–12 ч. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

- При хронической сердечной слабости, сопровождаемой нарушениями проводящей функции, при сердечных неврозах, нарушениях сердечной деятельности, базедовой болезни, а также при болезнях почек с проявлениями недостаточности сердечно-сосудистой системы заварить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. горицвета весеннего (адониса), настоять, укутав. 20 мин.

Процедить и принимать в теплом виде по 1–2 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды. Вместо настоя можно пользоваться настойкой горицвета. Для ее приготовления залить 100 мл 70 %-го спирта 1 ч. л. травы, настоять в сухом темном месте 10 дней. Процедить и пить по 1–2 ст. л. за 30 мин. до еды.

- При сердечной недостаточности измельчить и перемешать 30 г ядер грецких орехов, 20 г изюма, 20 г сыра. Это на один прием. Принимать 3 раза в день за 30 мин. до еды или в качестве еды.

- При сердечной недостаточности заварить 1 стаканом кипятка 10 г травы желтушника сероватого, настоять 20 мин., процедить. Принимать по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

- При сердечной недостаточности залить 100 мл 70 %-го спирта 1 ч. л. сухого измельченного корня женьшеня, настоять 7 дней в сухом темном месте. Процедить и принимать по 10–15 капель 2–3 раза в день за 30 мин. до еды.

- При сердечной недостаточности заварить 2 стаканами кипятка 2–3 ст. л. травы зверобоя, настоять 20–25 мин., процедить. Принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

При сердечной недостаточности заварить 1 л кипятка 1 ст. л. ягод калины, кипятить 8–10 мин, процедить, добавить 3 ст. л. меда. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день. Полезно также есть ягоды калины с косточками.

- Для укрепления сердечной мышцы и успокоения аритмии тщательно промыть частями в дуршлаге под теплой, затем холодной водой 1 кг изюма (без косточек). Просушить его на белой чистой ткани, перебрать. Есть по утрам натощак, строго по 40 ягод за 1/2–1 ч. до еды. Таким образом съесть весь килограмм. Второй килограмм есть «на убывание»: 1-й день – 40 ягод, 2-й день – 39 ягод, 3-й день – 38 ягод и т. д. до 10 ягод. Затем от 10 до 40 ягод. И снова от 40 ягод до 10. И так весь килограмм. Это – курс лечения. В год надо провести 1–2 курса.

- Для укрепления сердечной мышцы смешать 2 части цветков календулы и 1 часть брусничного листа. Засыпать 1 ст. л. этого сбора в термос, залить 1 стаканом кипятка и оставить на ночь. Утром процедить и пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды.

- Календула успокаивает нервную систему, очищает и укрепляет сосуды, брусничный лист лечит почки, а в результате улучшается работа сердца, которая зависит от хорошей работы сосудов и почек.

- При хронической слабости сердца заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. высушенных кукурузных рыльцев, на стоять, укутав, 30 мин. Процедить и пить по 1/3–1/2 стакана 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

При сердечной недостаточности залить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. цветков ландыша, настоять 30 мин, охладить, процедить. Принимать по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды.

- Для укрепления сердечной мышцы у больного, перенесшего инфаркт миокарда, эффективен следующий метод лечения. Разрезать пополам крупный лимон, в каждой его половине чайной ложкой выбрать съедобную часть на глубину до 1 см. Половинки лимона поставить в рюмки или стопки, а внутрь половинок доверху налить раствор люголя и, прикрыв пергаментной бумагой, поместить в холодильник на 14 дней. После этого сок из половинок лимона отжать и хранить в холодильнике. Использовать его нужно следующим образом. В 1/2 стакана слабозаваренного чая, который надо пить 3 раза в день за 30 мин. до еды, добавлять полученный сок, начиная с 14 капель, ежедневно прибавляя еще по 1 капле. Так продолжать в течение 14 дней, затем сделать перерыв на 14 дней и курс лечения снова повторить. Во время этого лечения желательно употреблять в пищу курагу, изюм, урюк.

- Для эффективного поддержания сердечно-сосудистой системы (ишемия, сердечная недостаточность, гипертония, атеросклероз и др.) приобрести 3 лимона средней величины, 200 г ядер грецких орехов, 200 г изюма, 200 г кураги, 200 г чернослива, 250 г натурального меда, стандартную аптечную бутылочку сиропа шиповника и бутылочку настойки боярышника.

Вымыть и обтереть 3 лимона, а затем смазать их кожуру нерафинированным подсолнечным маслом. После этого пропустить через мясорубку приготовленные лимоны, сухофрукты и орехи, поместить получившуюся массу в банку из темного стекла (можно светлую обернуть фольгой), добавить туда мед, сироп шиповника и настойку боярышника. Тщательно перемешать и поместить в холодильник на 10 дней. Готовое средство употреблять ежедневно внутрь по 1 ст. л. натощак. Это лечение проводить 2 раза в год.

- При сердечной одышке и чувстве усталости смешать свежееотжатый сок 24 лимонов и 400 г перетертого чеснока, настоять 25 дней в банке, перевязав горлышко чистой тряпочкой. После готовности смесь процедить и принимать 1 раз в день перед сном (перед каждым приемом взбалтывая) по 1 ч. л., хорошо размешав ее в 1/2 стакана теплого молока или кипяченой воды. Курс лечения 14 дней. Однако, данный способ лечения одышки противопоказан тем, кто страдает гиперацидным гастритом.

- При сердечной недостаточности с одышкой и заболеваниями, истощающих организм, смешать 1 л свежего натурального чуть подогретого меда, свежеприготовленный сок 10 лимонов, 10 головок чеснока, измельченных в мясорубке (или сок из них). Смесь настоять 7–10 дней в стеклянной банке с перевязанным марлей горлышком. Принимать ежедневно 1 раз в день по 4 ч. л., смакуя, медленно (как бы посасывая) одну ложку смеси за другой. Противопоказание к применению этого средства – гиперацидный гастрит.

При сердечной недостаточности употреблять натуральный мед по 1 ч. л. 2–3 раза в день с молоком, творогом, фруктами и другими пищевыми продуктами. Мед с горячим чаем принимать нежелательно – это приводит к усиленному потоотделению и дополнительной нагрузке на сердце.

- При сердечной слабости и как средство, снижающее кровяное давление, приготовить следующий настой: заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. травы мелиссы лекарственной, настоять, тепло укутав, 25 мин. Процедить и принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. При этом исчезает одышка, прекращаются приступы тахикардии, снимаются боли в области сердца.

- Для укрепления сердечной мышцы существует необычный народный метод. Разрезать вдоль надвое тщательно вымытую морковь среднего размера (50–70 г). Одну половинку прикрепить лейкопластырем на область сердца сердцевинкой к телу, хвостиком вниз. Морковь остается в таком положении 2–3 суток, пока совсем не высохнет. После чего ее выбросить и на следующие 2–3 суток прикрепить вторую половинку моркови, которая в это время хранилась в холодном месте в полиэтиленовом пакете. Точно так же использовать вторую и третью моркови. Это – курс лечения. Затем сделать перерыв в 7 дней и лечение повторить. Провести 2–5 курсов. За это время морковь широко применять и в питании. Говорят, что после пятого курса такого лечения тахикардия и экстрасистолы прекращаются, артериальное давление нормализуется, заметно снижаются утомляемость и раздражительность. А морковь в рационе питания укрепят не только сердечную мышцу, но и нервную систему, помогает снять головную боль и переутомление. Объясняется действие моркови тем, что она содержит в себе те же химические элементы, что и сердечная мышца: натрий, калий, кальций, железо. Эндокринные железы тоже подпитываются этими элементами. Видимо, расположенная над работающим сердцем и находящаяся в его электрическом поле морковь служит своеобразным депо микроэлементов для сердечной мышцы.

- При слабости сердечной мышцы и аритмии смешать по 1 стакану меда и морковного сока. Принимать смесь по 1 ст. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 1 месяц. Затем 1 месяц отдохнуть и курс лечения повторить.

- При слабом сердце (перебои, замирание и пр.) заварить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. сухих листьев или порошка травы мяты перечной, настоять, тепло укутав, 20 мин. Процедить и пить по 1/3 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды. Лечение длительное.

- При тяжелых формах сердечной недостаточности на фоне других заболеваний сердца залить 150 мл кипятка 1/2–1 г наперстянки ржавой, настоять, укутав, 25 мин. Процедить и принимать по 1 ч. л. (можно по 1 дес. л.) 2–4 раза в день за 30 мин. до еды. При этих же заболеваниях можно пользоваться и мелким порошком наперстянки ржавой: 0,1 г на прием 3 раза в день за 30 мин. до еды. Курс лечения – 6–12 дней.

- При сердечной недостаточности заварить 1 стаканом кипятка 1/2–1 г листьев наперстянки шерстистой, настоять 30 мин., процедить. Принимать по 1 ст. л. 3–4 раза в день за 30 мин. до еды. *Растение ядовито!*

- При сердечной недостаточности заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. промытых зерен овса, настоять сутки, тепло укутав. Процедить и пить по 1/2 стакана 2–3 раза в день за 30 мин. до еды.

- Для снижения кровяного давления, при дистрофии сердечной мышцы заварить 1 стаканом кипятка 1 ч. л. измельченного корня переступеня белого, поставить на огонь, довести до кипения и кипятить 15 мин. на слабом огне. Остудить и процедить. Добавить кипяченой воды до объема полного стакана. Пить по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 30 мин. до еды. Переступень в Закавказье называют «кавказским женишнем». А травники широко используют и свежие корни этого растения.

- Для укрепления сердечной мышцы, улучшения кровообращения, снижения уровня холестерина, вредных отложений в венах и артериях заварить 1 стаканом кипятка 1/2–1 ч. л. красного стручкового перца, настоять, укутав, 20 мин. Процедить и принимать по 1/2 стакана 3–4 раза в день за 30 мин. до еды.

- При сердечной недостаточности заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. травы пустырника, настоять 30 мин., процедить. Сырье отжать. Полученный настой довести до объема стакана. Принимать по 1/3 стакана 2 раза в день за 1 ч до еды.

- При сердечной недостаточности полезна настойка травы пустырника на 70 %-м спирте в соотношении 1 часть травы на 5 частей спирта. Принимать по 30–50 капель 3–4 раза в день.

- При ослаблении сердечной деятельности, неврозе сердца употреблять 3–4 раза в день за 30 мин. до еды по 30–40 капель свежесжатого сока пустырника, растворенных в воде.

Для укрепления сердечной мышцы, при одышке, бессоннице, частых обмороках, судорожной рвоте и спазмах в животе смешать 1 часть семян полыни горькой с 4 частями оливкового масла, настоять 8 ч. Принимать по 1–2 капли на сахаре.

- При сердечной недостаточности смешать траву пустырника – 15 г, траву сушеницы топяной – 15 г, цветки боярышника – 15 г, соцветия ромашки – 5 г. Заварить 1 ст. л. смеси 1 стаканом кипятка, настоять 8 ч. Пить по 1/2 стакана 3 раза в день, через час после еды.

- При сердечной недостаточности залить 100 мл 70 %-го спирта 1 ч. л. сухих измельченных корней родиолы розовой (золотой корень), настоять 7 дней в сухом темном месте. Процедить и принимать по 10–20 капель 3 раза в день за 30 мин. до еды.

- При сердечной недостаточности смешать траву тысячелистника – 5 частей, траву зверобоя – 4 части, соцветия арники – 1 часть. Залить 1 стаканом холодной кипяченой воды 1 ст. л. сбора, настоять 3 ч. Варить 5 мин. на медленном огне. Настоять 15 мин., процедить. Выпить в течение дня.

- При сердечной недостаточности залить 1 стаканом кипятка 1–2 ч. л. травы цикория, настоять 20 мин., процедить. Пить по 1/2 стакана 2–3 раза в день за 30 мин. до еды.

- Чеснок – это прекрасное сосудорасширяющее средство, которое хорошо справляется со спазмами сосудов головного мозга и сердечными спазмами, склерозом и одышкой. Очистить и истолочь в кашу головку чеснока средних размеров, поместить в стеклянную банку и залить 1 стаканом нерафинированного подсолнечного масла. Настоять 14 дней в сухом темном месте, периодически встряхивая (в дальнейшем держать в холодильнике). Принимать смесь по 1 ч. л. 3 раза в день за 30 мин. до еды, смешав ее с 1 ч. л. лимонного сока. Курс лечения – 1–3 месяца. Затем 1 месяц перерыв, после которого курс повторить. Это «чесночное» масло можно использовать как приправу к салатам и само по себе.

При сердечной недостаточности измельчить на мясорубке 30 г чернослива, 30 г персиков, и 1 лимон. Смесь поставить на нижнюю полку холодильника и принимать по 2 ст. л. 1 раз в день по утрам натощак в течение 20 дней.

- При сердечной недостаточности залить 1 стаканом холодной воды 2 ч. л. сухой травы шандры, кипятить на водяной бане 15–20 мин., охладить и процедить. Принимать по 1 ст. л. 4–5 раз в день в течение 2–3 недель.

- Для лечения ожирения и при дистрофических процессах сердечно-сосудистой системы, особенно при миокардиодистрофиях и пороках сердца, полезно употреблять в пищу плоды шелковицы белой.

- При атеросклерозе, миокардиодистрофии, ишемической болезни сердца, мерцательной аритмии, экстрасистолии пить по 1 ст. л. 3 раза в день сок из плодов шелковицы черной.

- При сердечной недостаточности с одышкой употреблять плоды (ягоды) черного цвета шелковицы (тутовника обыкновенного) по 200–350 г свежих ягод 4–5 раз в день. Ягоды можно употреблять и в виде настоя. Лечение очень эффективное и вполне безопасное.

- При сердечной недостаточности залить 2 стаканами кипятка 1 ст. л. сухих плодов шиповника, поставить на огонь и кипятить 10 мин., охладить до комнатной температуры и добавить 1 ст. л. меда. Пить по 1/4 стакана 2–3 раза в день за 30 мин. до еды. Отвар хранить в плотно закрывающейся посуде.

При сердечной недостаточности залить 2–3 стаканами кипятка 15 г травы эфедры хвощевой, уварить до половины, остудить и процедить. Принимать по 1–2 ст. л. 2–3 раза в день за 30 мин. до еды в течение 2–3 месяцев подряд.

- Для укрепления сердечной мышцы полезно периодически жевать лимонную корку, богатую эфирными маслами, что улучшит работу сердца.

- Есть еще одно прекрасное сердечное средство – взять большую измельченную дольку чеснока положить на черный хлеб и слегка посолить, и есть такой бутерброд натощак.

- При слабости сердечной мышцы полезны хвойные ванны. С этой целью поместить в эмалированный бак емкостью 10–20 л хвойные веточки, еловые или сосновые шишки на 2/3 его объема. Залить почти доверху водой и поставить на огонь. Довести до кипения, кипятить на малом огне 30 мин. Настоять и за 2 ч. до сна вылить в ванну. Отвар разбавить теплой водой (для мужчин температура воды – 40–45 °С, для женщин 37–40 °С) из крана до полной ванны. Время приема ванны – 20–50 мин. Курс лечения – 10 ванн, принимаемых ежедневно или исходя из состояния здоровья, но не реже 4 раз в неделю. Хвойные ванны успокаивают, укрепляют нервы и сердце.

- Хорошим успокаивающим средством для сердца и нервной системы служат ванны с отваром валерианы. Их рекомендуют при нервном сердечном страдании, слабости сердца и нервов, при судорожных состояниях сердца. Такие ванны уменьшают и регулируют число

сердечных ударов и понижают давление крови. Для полной ванны требуется 1 кг корня валерианы. Готовить отвар и принимать ванны так же, как и в предыдущем случае.

- Раньше в случае сердечной недостаточности врачи вскрывали пациенту вену и пускали некоторое количество крови. Эта процедура проводилась в таких случаях сердечной недостаточности, в которых особенно резко были выражены или остро развивались явления застоя в легких, т. е. при сердечной астме, остром отеке легких или когда по набуханию (вследствие переполнения кровью, вен шеи и печени) можно было предполагать значительный застой крови перед сердцем. В таких случаях выпускали 200–400 см³ крови, и нередко больным становилось значительно легче. Это объясняется уменьшением количества циркулирующей крови и в особенности крови, притекающей к правому предсердию, а следовательно, и поступающей в легочные сосуды.

- При всех явлениях застоя в легких иногда назначают банки на грудную клетку в области легких. Способ их действия не совсем понятен, но они между тем нередко облегчают одышку. Не следует назначать банок только при всех легочных кровотечениях.

Питание при сердечной недостаточности

В «условиях» сердечной недостаточности для организма вредно даже обычное количество поваренной соли, которое поступает с пищей. В этом случае создается ее избыток, а это ведет к быстрому нарастанию отеков. Поэтому лечение следует начинать со значительного ограничения поваренной соли и снижения физических нагрузок. Вместе с тем, некоторые продукты питания приносят значительное облегчение при сердечной недостаточности.

- Для стимуляции сердечно-сосудистой системы в рационе лечебного питания обязательно должны присутствовать лук или сок из него.

- Для укрепления сердечной мышцы полезно есть пшеничную кашу. Пшено содержит много калия, который необходим для нормальной работы сердца. Перед приготовлением каши прокалить пшено на очень сильном огне так, чтобы оно не изменило цвета. После этого взять 1/3 стакана такого пшена, тщательно промыть его, залить 1 стаканом воды и поставить на медленный огонь вариться готовности. Это – суточная норма. Кашу можно заправить маслом, посолить или подсластить по вкусу.

- Укрепляет сердечную мышцу и овсяная каша. Для ее приготовления залить 1 л холодной воды 100 г овсяных хлопьев, настоять 4 ч., после чего варить до густоты.

- Кардамон, употребляемый в малых дозах в качестве добавки в чай и к овощам, стимулирует работу сердца, улучшает дыхание, уменьшает боль, возбуждает аппетит и выводит газы.

- Наличие большого количества железа и калия в плодах абрикоса (как свежих, так и сушеных) определяет его ценность для лиц, страдающих сердечно-сосудистой недостаточностью.

- Укрепляет сердечную мышцу, снимает переутомление и головные боли ежедневное употребление орехов, изюма и сыра.

С этой же целью полезно есть по 100 г свежего творога в день.

И наконец, последнее. Вместе со всеми профилактическими и лечебными процедурами необходимо делать массаж, заниматься физическими упражнениями. В любое удобное время, помыв предварительно руки, принять удобную позу, расслабиться и 10–12 раз «пожевать» зубами – клыками сначала левый мизинец, потом правый, так, чтобы в результате этого разогрелись ноготь и подушечка. Потом таким же образом разогреть «сердечный меридиан», который проходит по внутренней стороне руки от мизинца к сердцу. Вслух сосчитать свой пульс, уловить его ритм и после этого делать отжимания от стола в ритме сердечных сокра-

щений. Женщине надо делать 30 таких движений, мужчине – 50. Таким образом развивается и крепнет мускулатура сердца.

Миокардит

Миокардит – воспаление сердечной мышцы (миокарда) причиной которого являются инфекции (чаще вирусные); воздействие ионизирующего излучения, химическое или физическое воздействия; прием некоторых лекарственных средств, а также как следствие аллергических и иммунных заболеваний. Различают миокардиты: ревматический, инфекционный, аллергический, идиопатический миокардит Абрамова-Фидлера.

Признаки заболевания зависят от формы и стадии болезни, ее длительности. Обычно наблюдаются общая слабость, снижение аппетита, малоподвижность. При движении возникают одышка, отеки конечностей, аритмия, снижение частоты и силы сердечных сокращений. Мышечный тонус ослаблен.

Инфекционные бактериальные миокардиты могут возникать при дифтерии, скарлатине, брюшном тифе, туберкулезе. Риккетсиозные миокардиты наблюдаются при сыпном тифе, лихорадке. Возможны спирохетозные миокардиты (сифилис, возвратный тиф, лептоспироз); миокардиты при паразитарных (токсоплазмоз, болезнь Чагаса, трихинеллез) и грибковых (аспергиллез, актиномикоз, кандидоз) заболеваниях. Особенно часто встречаются миокардиты вирусной природы, возбудителями которых могут быть вирусы гриппа, инфекционного мононуклеоза, краснухи, ветряной оспы и других вирусных болезней.

Миокардит может быть и **аллергической природы**, как следствие повышенной чувствительности миокарда к определенным микробам и продуктам их распада, а также к некоторым лекарственным препаратам.

Миокардиты, встречающиеся при тиреотоксикозе, уремии, употреблении алкоголя, составляют группу **токсико-аллергических миокардитов**.

Наиболее распространенная форма неревматического миокардита – это **инфекционно-аллергический миокардит**. Он начинается в отличие от ревматического в процессе инфицирования или вскоре после него; отмечаются недомогание, боль в области сердца, иногда упорная, сердцебиение и перебои, одышка, иногда умеренная боль в суставах. Температура тела немного повышенная или нормальная. Начало заболевания может быть неясно выраженным или скрытым. Степень выраженности признаков заболевания определяется распространенностью и остротой прогрессирования процесса. Важными, но непостоянными признаками миокардита являются нарушения сердечного ритма (тахикардия, реже брадикардия, эктопические аритмии) и внутрисердечной проводимости. При миокардитах, связанных с заражением вирусной инфекцией, нередко развивается сопутствующий перикардит.

Идиопатический миокардит отличается более тяжелым, иногда злокачественным течением с развитием тяжелых нарушений ритма и проводимости, сердечной недостаточности. Нередко образуются пристеночные тромбы в полостях сердца с тромбоэмболиями по большому и малому кругам кровообращения. Болезнь длится от нескольких дней до нескольких недель, что зависит от характера ее течения и тяжести. В хронических случаях могут возникнуть миокардиофиброз, миокардиосклероз.

Ревматический миокардит (ревмокардит) – воспаление всех или отдельных слоев стенки сердца при ревматизме; характеризуется изменениями соединительной ткани, образованием ревматических гранулем и развитием склероза. Ревматический миокардит у взрослых протекает, как правило, сравнительно легко. Жалуются обычно на слабые боли или неясные неприятные ощущения в области сердца, легкую одышку при нагрузках, гораздо реже – ощущения сердцебиений или перебоев. Ревматический процесс захватывает различные оболочки сердца: миокард, эндокард и перикард. Чаще встречается миокардит или его сочетания с эндокардитом, перикардитом. В основе ревмокардита – неспецифический экссудатив-

ный воспалительный процесс соединительной ткани сердца с образованием ревматических узелков, последующим рубцеванием их и развитием пороков сердца, кардиосклероза. Признаками ревмокардита являются: боли в области сердца, нарушения сердцебиения, перебои, слабость, одышка при небольшой физической нагрузке.

Течение миокардита может быть острым, подострым и хроническим (рецидивирующим).

Лечение миокардита

Профилактика болезни заключается в предупреждении первичных заболеваний, которые привели к воспалению сердечной мышцы, – снижении воспалительных явлений и устранении сердечной недостаточности.

В процессе лечения к больному применяют следующие лекарственные препараты: глюкокортикоиды, сердечные гликозиды, противоаритмические, мочегонные средства, витамины группы В, средства, улучшающие обмен веществ в миокарде (оротат калия). При затяжном течении показаны хинолиновые препараты. При лечении целесообразно раннее сочетание глюкокортикоидов с нестероидными противовоспалительными препаратами. При сердечной недостаточности – сердечные гликозиды с учетом повышенной чувствительности больных миокардитом к гликозидам.

Прогноз при пара- и метаинфекционных, лекарственных, паразитарных миокардитах в большинстве случаев благоприятный.

В острой стадии миокардита необходимо максимальное ограничение физической нагрузки, постельный режим на 1–2 месяца. Пища должна быть полноценной, т. е. содержать все необходимые компоненты, прежде всего белки, витамины, микроэлементы, необходимые для анаболических процессов в миокарде.

В большинстве случаев миокардит протекает бессимптомно и заканчивается полным выздоровлением. Хуже прогноз при миокардитах, связанных с коллагеновыми заболеваниями, и особенно при идиопатическом миокардите.

Миокардит можно лечить и народными методами, но только под наблюдением врача.

- При слабости сердечной мышцы заварить 2 стаканами кипятка 1 ст. л. перемолотых плодов шиповника, поставить на огонь и кипятить 10 мин. Охладить, процедить, добавить к отвару 1 ст. л. меда. Принимать по 1/2 стакана 3 раза в день за 30 мин. до еды в течение 2–3 недель. После 10 дней перерыва курс лечения повторить.

- При слабости сердечной мышцы залить 0,3 л кипятка 5 г коры дуба, настоять 20 мин., процедить, добавить по 1/3 л березового сока и водки, 300 г меда, сок 1 лимона. Принимать по 1 ст. л. 4 раза в день, запивая каждый раз 50 г настоя из равных частей чабреца и омелы.

- При миокардите заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. цветков арники горной, настоять 30 мин. Отжать и процедить. Принимать по 1 ст. л. (запивая молоком) 3 раза в день после еды.

- При миокардите смешать 30 г травы валерианы, 30 г травы пустырника, 20 г травы тысячелистника, 20 г семян аниса. Заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. сбора, поставить на водяную баню и кипятить 10 мин., настоять 15 мин., отжать и процедить. Употреблять по 1/2 стакана 3 раза в день.

При миокардите смешать 2 части цветов ландыша, 4 части семян фенхеля, 8 частей листьев мяты. Заварить 1 стаканом кипятка 1 ст. л. сбора, поставить на водяную баню и кипятить 10 мин. Отжать, процедить и принимать по 1/2 стакана 3 раза в день.

- При миокардите перемолоть на мясорубке 250 г лимонов (без косточек), 125 г плодов инжира, влить в получившуюся массу 250 г натурального меда и 50 мл водки. Все тщательно размешать и поставить в холодильник. Принимать по 1 ч. л. смеси 2–3 раза в день после еды.
- При ревмокардитах, неврозах сердца, умственной и физической усталости, для улучшения остроты зрения и слуха в пожилом возрасте залить 100 мл водки 1 ч. л. измельченных корней элеутерококка, настоять 10 дней в сухом и темном месте, отжать и процедить. Принимать по 30–40 капель 3 раза в день за 30 мин. до еды.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.