



## Мерцательная аритмия

### Что такое мерцательная аритмия?

Сердце состоит из 4 частей, называемых камерами. Эти четыре камеры обычно сокращаются и разжимаются в постоянном ритме. Мерцательная аритмия, или МА, означает, что предсердия (верхние камеры сердца) сокращаются слишком быстро, создавая нерегулярный ритм. При этом предсердия не могут наполнить сердце кровью и доставить ее во все органы. Сердце может не всегда биться в таком беспорядочном ритме. Мерцательная аритмия может возникать периодически. Это может происходить часто или довольно редко.

Обычно частота сердечных сокращений у взрослого человека составляет 60–100 ударов в минуту. Во время приступа МА частота сердечных сокращений может превышать 300 ударов в минуту.

### Каковы причины МА?

МА может развиваться даже у людей, которые ведут здоровый образ жизни и не имеют других проблем со здоровьем. Однако в большинстве случаев причину болезни удается определить. Наиболее распространенные причины и факторы риска:

- заболевание щитовидной железы;
- высокое артериальное давление;
- заболевания сердца и сердечных клапанов;
- острое (внезапное) или хроническое (постоянное) респираторное заболевание;
- сердечная недостаточность;
- перенесенные операции на открытом сердце;
- перенесенный сердечный приступ (ы).

### Каковы симптомы МА?

Симптомы МА у каждого человека различны. У многих это заболевание протекает бессимптомно. Такие люди даже не знают, что страдают МА или что у них какие-то проблемы. А некоторые чувствуют начало заболевания сразу же. Это вызвано тем, что симптомы зависят от возраста, причины МА (заболевания сердца, другие болезни и т. д.) и от того, насколько сильно МА влияет на сокращения сердца. МА имеет следующие симптомы:

- учащенное сердцебиение (ощущение, что сердце колотится, трепещет или бьется неровно);
- головокружение, предобморочное состояние или обмороки;
- боль в груди;
- утомляемость (чувство усталости);
- одышка;
- слабость;
- учащенный или неровный пульс;
- боль, тяжесть или дискомфорт в груди;



### Может ли МА вызывать другие заболевания?

Сама по себе МА не угрожает жизни. Однако при отсутствии лечения она может приводить к следующим заболеваниям.

- *Инсульт.* При МА предсердия (верхние камеры сердца) не могут нормально подавать кровь в желудочки (нижние камеры сердца). При отсутствии полноценных сердечных сокращений кровь скапливается в предсердиях, что может приводить к образованию тромбов. Если тромб «выкачивается» из сердца, он может попасть в мозг и привести к инсульту. Известно, что мерцательная аритмия повышает риск возникновения инсульта в 5 раз. Инсульты очень опасны и могут привести к повреждению мозга или смерти. Ежегодно МА становится причиной более 80 000 инсультов.
- *Сердечная недостаточность.* При отсутствии лечения МА может также вызывать увеличение частоты пульса в течение длительных периодов времени. Это означает, что желудочки (нижние камеры сердца) сокращаются слишком быстро. Это постепенно может привести к ослаблению сердечной мышцы и сердечной недостаточности. Сердечная недостаточность представляет собой состояние, при котором сердце не может перекачивать достаточное количество крови в другие органы.

### Каково лечение МА?

Если у вас мерцательная аритмия, возможно, вам придется принимать следующие лекарственные препараты в течение всей жизни:

- препараты для контроля ритма сердца (антиаритмические препараты), т.е. препараты, которые помогают поддерживать сердцебиение в нормальном ритме;
- препараты для контроля частоты сердечных сокращений, т.е. препараты, которые снижают частоту сердечных сокращений и предотвращают ослабление сердечной мышцы;
- препараты для разжижения крови (антикоагулянты), т.е. препараты, которые предотвращают образование тромбов и снижают риск инсульта.

Даже если вы принимаете лекарства, у вас иногда могут случаться приступы МА. Возможно, ваш врач назначит вам кардиоверсию. Кардиоверсия — это процедура, при которой на сердечную мышцу подается электрический ток, который восстанавливает нормальный ритм. Хотя это звучит пугающе, это простая непродолжительная процедура. Внутривенно вам введут небольшое количество успокоительного. На грудь вам поместят большие подушки (электроды). Через эти электроды будет пропущен электрический ток, который вернет сердцебиение в норму.

### Что я могу делать, чтобы отслеживать и предотвращать проблемы, связанные с МА?

- Ежедневно измеряйте пульс. Немедленно позвоните своему врачу или обратитесь в отделение неотложной помощи, если ваш пульс превышает 100 ударов в минуту.
- Принимайте лекарства в соответствии с предписаниями врача.
- Обращайте внимание на такие факторы, как резкое увеличение массы тела или отечность ног, так как это может указывать на сердечную недостаточность. Немедленно позвоните врачу, если вы набрали 3–4 фунта (1,4–1,8 кг) за два дня, если ваши ноги отекают или у вас проявляются другие симптомы задержки жидкости в организме.