# Что делать, когда ноет сердце

Ноющая боль в сердце может быть предвестником серьезных заболеваний, причем не всегда связанных именно с сердцем. Диагноз должен поставить врач. А до встречи с ним сердечную боль можно и нужно без промедления снять простыми, доступными средствами.



Вам понадобится

* - настойка валерианы или пустырника;
* - валокордин или корвалол;
* - тонометр;
* - нитроглицерин;
* - капотен или коринфар

Инструкция

1.Если у вас появляется ноющая боль в сердце, то так нередко заявляет о себе развивающаяся стенокардия. Сосуды с годами «засоряются» жировыми отложениями, и кровь с трудом поступает к сердечной мышце – миокарду. Нередко такая боль появляется при нервной встряске, работах, требующих физического напряжения. Ощущение такое, будто грудную клетку что-то сдавливает. Недаром стенокардию в народе прозвали «грудной жабой».

2.Но если вдобавок к боли вас тошнит, вы задыхаетесь от нехватки воздуха, на лбу появляется холодный пот, а сама боль отдает в челюсть, плечо или руку, то такое состояние может сигнализировать о надвигающемся инфаркте миокарда. Это частичное обескровление и омертвение ткани сердечной мышцы, из-за того что тромб в артерии на какое-то время перекрывает к ней поступление новых порций крови.

3.Боль в сердце бывает и при перикардите – воспалении околосердечной сумки, которая защищает сердце. Но обычно из ноющей она переходит в острую, колющую. Гораздо реже боль вызывается расслоением аорты – такое случается при тяжелой гипертонии или травме грудной клетки.

4.Однако причиной сердечной боли может быть вовсе и не сердце, а легкие, например плеврит. Или воспаление межреберных хрящей (синдром Титце), бронхиальная астма. И даже банальная изжога. Но чаще всего – остеохондроз шейного или грудного отделов позвоночника. Не нужно гадать, диагноз должен поставить вам врач. А до встречи с ним следует оказать себе первую помощь.

5.Прежде всего постарайтесь успокоиться! Не думайте, что с вами непременно произошла какая-то сердечная катастрофа. Не можете совладать с волнением – примите настойку пустырника или валерьяны, валокордина или корвалола 30-40 капель на полстакана воды). Освободите шею от деталей одежды, стесняющих дыхание.

6.Во время приступа важно знать, что происходит у вас с давлением. Постарайтесь измерить его. Возможно, сердечная боль появилась из-за скачка артериального давления. Чтобы снизить его, примите таблетку быстрого действия, например каптоприла или коринфара.

7.Попробуйте изменять позы: сядьте, согнитесь, лягте на бок. Если боль ни при каких положениях тела не уменьшается и давит на сердце – вероятнее всего, это все же стенокардия. Разжуйте таблетку нитросорбида и подержите во рту, пока она полностью не растворится.

8.Если же ноющая поначалу боль станет нестерпимо резкой, выступит холодный пот, подступит тошнота, нельзя исключать, что надвигается инфаркт миокарда. Немедленно положите под язык таблетку нитроглицерина. Минут через пятнадцать боль должна стихнуть. Не проходит – примите еще одну таблетку нитроглицерина. Можно и таблетку аспирина. И немедленно звоните в «03»!

**Обратите внимание**

Помните: некоторые люди чрезвычайно чувствительны к нитроглицерину. У них он может вызвать непредсказуемо резкое падение давления. И тогда придется спасать человека не только от инфаркта, но и от смертельно опасного шока, коллапса!

**Полезный совет**

Не следуйте принципу «сам себе доктор». Если боль удалось благополучно снять, это еще не повод для успокоения. Сходите к кардиологу и пройдите все исследования, которые он вам назначит.