

Серцево-судинні хвороби



МЕТА: ознайомити учнів з найпоширенішими захворюваннями серцево-судинної системи; встановити основні причини виникнення і шляхи їх запобігання; розвивати практичні вміння і навички надавати першу допомогу при кровотечах різних видів; продовжити формувати екологічну та гігієнічну культуру, стійку мотивацію до здорового способу життя.

Обладнання: зошити, підручники, мультимедійна презентація, відеоматеріал

Тип уроку: вивчення нового матеріалу

Основні поняття: кровотечі: капілярна, венозна, артеріальна; аритмія, дистонія, інсульт, інфаркт, атеросклероз, тромбофлебіт.

ХІД УРОКУ

I. Організація класу

II. Мотивація навчальної діяльності

III. Вивчення нового матеріалу

ПЛАН

- Серцево-судинні захворювання
- Причини серцево-судинних захворювань
- Профілактика серцево-судинних захворювань
- Правила надання першої допомоги при кровотечах



Емблемою екстреної служби швидкої медичної допомоги є «Зірка життя» – синя шестипроменева зірка з білою облямівкою та в центрі з білим посохом Асклепія, давньогрецького бога лікування. Посох символізує зв'язок із землею і мандрування лікаря

Чому при серцево-судинних захворюваннях дуже важливою є швидка медична допомога?

План

- Серцево-судинні захворювання
- Причини серцево-судинних захворювань
- Профілактика серцево-судинних захворювань
- Правила надання першої допомоги при кровотечах



Серцево-судинні захворювання

Кардіологія – розділ медицини про серцево-судинні захворювання

Ангіологія – розділ медицини про кровоносні та лімфатичні судини

- серцево-судинні хвороби найпоширеніші серед різних хвороб в усіх країнах світу;
- сьогодні на ці хвороби страждають не тільки люди похилого віку, але й молоді люди і навіть діти;
- в Україні майже 27 млн людей, або 58,4% населення мають хвороби серця й судин

Серцево-судинні хвороби

- хвороби серця
- хвороби артерій
- хвороби вен



Серцево-судинні захворювання

Хвороби серця

<ul style="list-style-type: none">інфаркт міокарду	некроз (змертвіння) ділянки міокарда внаслідок припинення його кровопостачання;
<ul style="list-style-type: none">порок серця	порушення роботи клапанів серця, дефект перегородок;
<ul style="list-style-type: none">міокардит	запалення міокарду;
<ul style="list-style-type: none">аритмія	порушення ритму та частоти серцевих скорочень;
<ul style="list-style-type: none">ішемічна хвороба	порушення кровопостачання внаслідок ураження коронарних судин серця



Серцево-судинні захворювання

Хвороби кровоносних судин: артерій

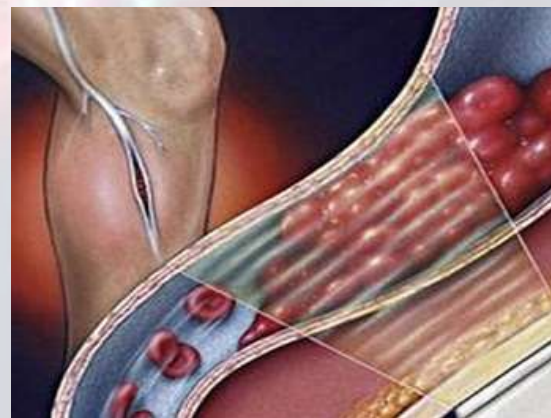
- | | |
|-------------------------------|--|
| • дистонія | зміна тону́су судин, порушення кровообі́гу і кровопоста́чення органів |
| • атеросклероз | ущільнення і втрата еластичності стінок артерій |
| • інсульт | розрив кровоносних судин із крововиливом у ГОЛОВНИЙ МОЗОК |
| • гіпертонічна хвороба | стійке підвищення артеріального тиску (понад 140/90 мм рт.ст.), ризик інфаркту, інсульту |
| • стенокардія | звуження коронарних судин |



Серцево-судинні захворювання

Хвороби кровоносних судин: вен

- | | |
|-------------------------------|---|
| • варикозне розширення | нерівномірне розширення вен з причини слабкості венозних стінок, неповноцінності їхніх клапанів |
| • тромбофлебіт | запалення стінки вени з утворенням тромбу в її просвіті |



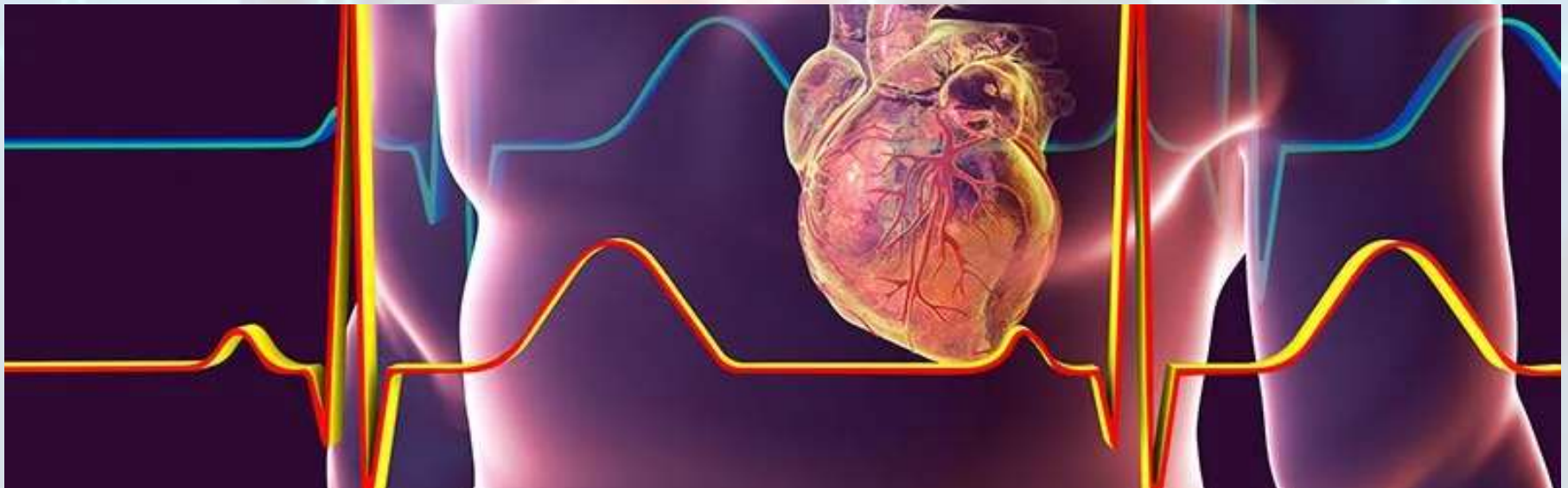
Основні причини серцево-судинних захворювань



- гіподинамія;
- шкідливі звички (куріння, вживання алкоголю, наркотиків);
- емоційні стреси;
- нераціональне харчування;
- забруднення довкілля;
- інфекційні захворювання;
- сімейний анамнез

Небезпека серцево-судинних захворювань

- припинення кровообігу, навіть на короткий час, смертельно небезпечні;
- нервові клітини не можуть функціонувати без кисню та поживних речовин, що переносяться кров'ю;
- своєчасна і швидка допомога може зберегти людині здоров'я і життя



Профілактика серцево-судинних захворювань

- запобігти розвиткові захворювань допоможуть дозовані фізичні навантаження (біг, плавання, велоспорт, ігрові види спорту), які зміцнюють серцевий м'яз, підвищують його працездатність і тонус судин;
- інтенсивність навантажень є суто індивідуальною, її визначають за частотою серцевих скорочень;
- здоровим юнакам і дівчатам для підтримки функціонального стані організму показане фізичне навантаження тричі на тиждень по пів години при частоті серцевих скорочень 130/140 уд./хв.;
- після перенесених інфекційних захворювань (ангіни, грипу) фізична навантаження можливі після повного одужання



Профілактика серцево-судинних захворювань



Американська асоціація серця «American Heart Association» розробила комплекс рекомендацій – сім простих правил життя

1. Уникайте куріння і використання тютюнових виробів
2. Кожного дня будьте фізично активними
3. Споживайте корисну для серця їжу
4. Підтримуйте нормальну масу тіла
5. Підтримуйте артеріальний тиск на належному рівні
6. Підтримуйте рівень холестерину на належному рівні
7. Підтримуйте рівень глюкози в крові на належному рівні



Позитивний ефект виконання цих правил для здоров'я є накопичувальним та взаємно підсилювальним

Кровотечі

Кровотеча – витікання крові при ушкодженні судин внаслідок травм, руйнування їхніх стінок під час хвороб тощо

Розрізняють кровотечі **зовнішні** й **внутрішні** (кров виливається із внутрішніх органів в оточуючі їх тканини чи порожнини) та **приховані** (коли яскравих клінічних ознак кровотечі немає, але кровотеча триває)

Інтенсивність кровотечі та **об'єм** втраченої крові залежить від кількості ушкоджених судин, їх калібру, виду ушкодженої судини (артерія, вена, капіляр), рівня артеріального тиску, стану системи, що згортає кров, стану самого постраждалого чи пацієнта до того як почалась кровотеча.

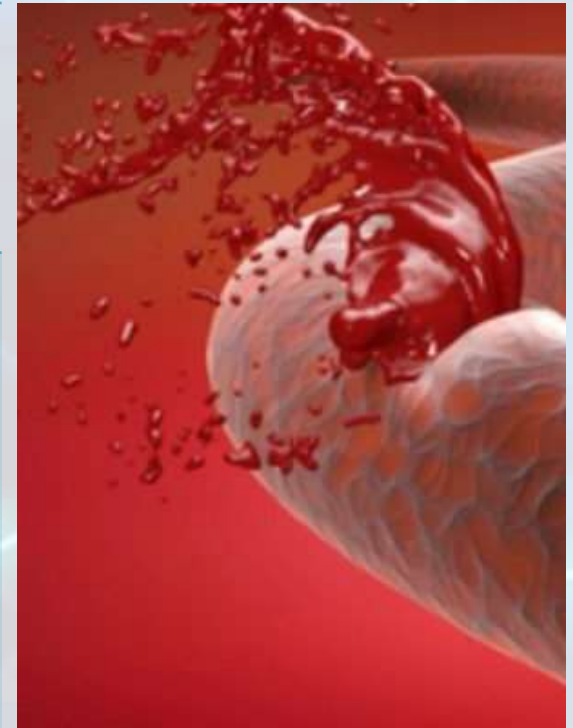
При значній крововтраті розвивається **геморагічний шок**

Смертельною вважається втрата 60% об'єму циркулюючої крові (ОЦК). Разом з тим при пораненні магістральних артерій втрата 30% ОЦК за короткий проміжок часу може бути фатальною.

Перша медична допомога при кровотечах

Усі методи зупинки кровотеч
поділяють на **тимчасові** та **кінцеві**
(завершальні)

Перша медична допомога
передбачає застосування
тимчасових методів зупинки
кровотечі, які легко і швидко
виконати, рятуючи життя
постраждалим чи пораненим



Основні типи кровотеч

Капілярні

Венозні

Артеріальні

Внутрішні

Перша медична допомога при кровотечах

Капілярні кровотечі

**Коли
відбуваються?**

при пошкодженні
дрібних судин шкіри,
м'язів

Ознака

кров темно-
червоного кольору
витікає повільно

**Перша
допомога**

знезараження
гідроген-пероксидом
або йодною
настоянкою по краях
рани, накладання
стерильної пов'язки
при необхідності



Перша медична допомога при кровотечах

Венозні кровотечі

**Коли
відбуваються?**

при ушкодженні
поверхневих вен

Ознака

кров темно-
вишневого кольору
витікає безперервно і
рівномірно

**Перша
допомога**

знезараження рани,
накладання тиснучої
пов'язки нижче від
місця поранення,
направлення
потерпілого до
лікарні



Перша медична допомога при кровотечах

Артеріальні кровотечі

**Коли
відбуваються?**

при пошкодженні артерій

Ознака

кров яскраво-червоного
кольору витікає пульсуючим
струменем

Перша допомога

накладання джгута вище
рани, накладання стерильної
пов'язки на рану, фіксують
час за записують у
супровідній записці,
направлення потерпілого до
лікарні; улітку джгут може
бути накладений на 1,5 -
2 год., взимку до 1 год.



Перша медична допомога при кровотечах

Внутрішні кровотечі

**Коли
відбуваються?**

в черепі, порожнинах
тіла: черевній, грудній

Ознака

раптове збліднення,
холодний піт, холодні
кінцівки, почастищення
й послаблення пульсу,
запаморочення, шум у
вухах

Перша допомога

забезпечити спокій,
прикладання холодного
компресу до
ймовірного місця
кровотечі, негайно
викликати «швидку
допомогу»



Носові кровотечі

Щоб зупинити носову кровотечу потрібно:

- придати потерпілому сидяче положення, горизонтальне з піднятим головним кінцем ліжка (голова не закидається) або з висунутою вперед головою (в позиції «виючого вовка»);
- притиснути крило носа пальцем зовні до носової перегородки й утримувати його протягом 10-15 хвилин;
- накласти «холод» на ділянку перенісся (мокрый рушник, гумовий міхур з льодом тощо);
- у половину носа, що кровоточить, ввести ватну або марлеву кульку, змочену судинозвужувальним розчином (3% розчином перекису водню) або іншим гемостатичним препаратом;
- якщо кровотеча не припиняється через 15-20 хвилин, потрібно викликати «швидку допомогу»



Висновки

- Серцево-судинні захворювання дуже поширені, і вони є основною причиною смерті людей
- Серцево-судинні захворювання пов'язані з порушенням функцій серця та кровоносних судин
- Особливу загрозу здоров'ю і життю людини несуть інфаркти й інсульти, ризик яких підвищується у разі захворювань на атеросклероз та гіпертонію
- Існують прості правила, постійне дотримання яких значно знижує ризик серцево-судинних захворювань
- Швидка значна втрата крові є небезпечною, тому кожен має вміти надавати першу допомогу при кровотечах

Всесвітній день боротьби з артеріальною гіпертензією



Щороку, **17 травня**,
відзначається Всесвітній день
боротьби з артеріальною
гіпертензією

- Підвищений артеріальний тиск, або артеріальна гіпертензія, є найвагомим чинником розвитку інфаркту міокарда та інсульту
- За оцінками ВООЗ, 17,5 млн. осіб щороку помирають від інфаркту міокарда та інсульту. Доведено, що 80% таких смертей можна уникнути, якщо контролювати свій артеріальний тиск
- Понад 1,5 млрд. людей на Землі страждають на це підступне захворювання, причому майже 45% з них навіть не знають, що мають підвищений артеріальний тиск

Всесвітній день боротьби з інсультом



Щороку, **29 жовтня**,
відзначається Всесвітній
день боротьби з
інсультом

- У 80% випадків інсульт можна попередити
- У 30% випадків інсульт призводить до смерті
- У понад 50% інсульт призводить до інвалідизації
- Інсульт вбиває близько половини тих, хто його переніс протягом наступних п'яти років

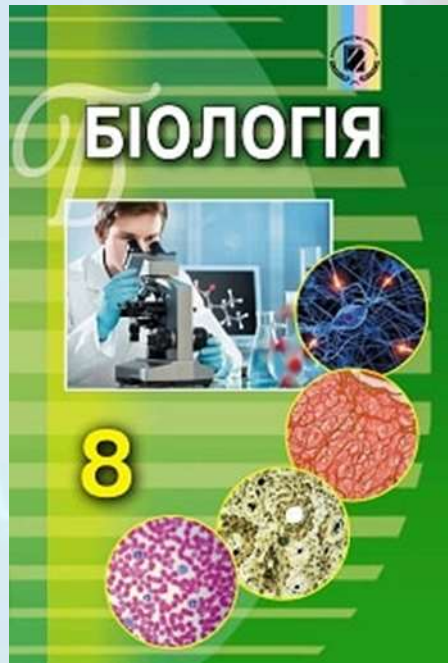
Як розпізнати інсульт?



- людина не може посміхнутись, при цьому зазвичай опускається куток губ;
- вимова нерозбірлива та плутана;
- людина не може підняти руки вгору, або одна рука занадто слабка і не ворухиться;
- виникає слабкість або оніміння в правій або лівій частині тулуба та кінцівках;
- несподівана втрата зору одним або обома очима;
- інсульт може проявлятися інтенсивним головним болем або запамороченням

**При цих ознаках негайно
телефонуйте за телефоном 103**

Домашнє завдання



- Опрацювати §23;
- Опрацювати конспект уроку
- В зошит скласти пам'ятку дій при кровотечах: артеріальної, венозної
- Підготуватися до контрольної роботи, повторити § 16, 17-23