РЕАБИЛИТАЦИЯ БОЛЬНЫХ С ОСТРЫМ ИНФАРКТОМ МИОКАРДА

Самадов Далер Сухробович *– студент ТМА*
Научный руководитель: ***Солихов Мирилхом Усманович*** *– доцент, ТМА*

Аннотация: *Острый инфаркт миокарда (ОИМ) является одним из самых распространённых и опасных заболеваний сердечно-сосудистой системы, требующих комплексного лечения и реабилитации. Статья рассматривает этапы реабилитации после инфаркта миокарда, включая госпитальный, амбулаторный и диспансерный этапы. Также подробно описаны психологическая и социальная реабилитация, а также роль физической активности в восстановлении пациентов. Приводится список рекомендаций для улучшения качества жизни пациентов и предотвращения рецидивов.*

Ключевые слова*: Острый инфаркт миокарда, Реабилитация, Физическая активность, Вторичная профилактика, Кардиология.*

Annotatsiya. *O‘tkir miokard infarkti (O‘MI) yurak-qon tomir tizimining eng keng tarqalgan va xavfli kasalliklaridan biri bo‘lib, murakkab davolash va reabilitatsiyani talab qiladi. Ushbu maqolada miokard infarktidan keyingi reabilitatsiya bosqichlari — shifoxonadagi, ambulator va dispanser bosqichlari ko‘rib chiqiladi. Shuningdek, bemorlarning psixologik va ijtimoiy reabilitatsiyasi, jismoniy faollikning tiklanishdagi roli ham batafsil yoritilgan. Bemorlar hayot sifatini yaxshilash va xurujlarning oldini olish bo‘yicha tavsiyalar ro‘yxati keltirilgan.*

Kalit so’zlar*: O‘tkir miokard infarkti, reabilitatsiya, jismoniy faollik, ikkilamchi profilaktika, kardiologiya*

Abstract. Acute myocardial infarction (AMI) *is one of the most common and dangerous cardiovascular diseases, requiring comprehensive treatment and rehabilitation. This article discusses the stages of rehabilitation following myocardial infarction, including the hospital, outpatient, and dispensary stages. It also provides a detailed description of psychological and social rehabilitation, as well as the role of physical activity in patient recovery. A list of recommendations for improving the quality of life of patients and preventing relapses is also provided.*

Key words*: Acute myocardial infarction, Rehabilitation, Physical activity, Secondary prevention, Cardiology.*

Острый инфаркт миокарда (ОИМ) — жизнеугрожающее состояние, вызванное ишемическим повреждением миокарда, чаще всего в результате тромбоза коронарной артерии. Несмотря на успехи в лечении, включая

применение тромболитиков и коронарного стентирования, многие пациенты нуждаются в длительной и комплексной реабилитации. Основная цель реабилитации — снижение риска повторных инфарктов, улучшение качества жизни и восстановление трудоспособности.

Этапы реабилитации

I этап — Госпитальный

Начинается с первых дней после стабилизации состояния пациента. Он включает:

- Подбор медикаментозной терапии (антиагреганты, статины, бета-блокаторы, ингибиторы АПФ);
- Начало щадящих физических нагрузок под контролем медицинского персонала;
- Оценку функционального состояния сердца (эхоКГ, ЭКГ, биомаркеры).

II этап — Санаторный или амбулаторный

Проводится в специализированных кардиологических центрах или амбулаторно:

- Назначается индивидуальная программа ЛФК (ходьба, дыхательная гимнастика, велотренажёры);
- Обучение пациента основам кардиорежима и правильного питания;
- Психологическая адаптация, работа с тревожностью и депрессией.

III этап — Диспансерное наблюдение

Осуществляется в поликлинике или по месту жительства:

- Постоянный контроль АД, уровня глюкозы, холестерина;
- Поддержка здорового образа жизни;
- Периодические консультации у кардиолога, корректировка терапии.

Психологическая и социальная реабилитация

Психоэмоциональное состояние влияет на течение заболевания. Поддержка со стороны семьи, участие в группах, консультации психолога или психотерапевта позволяют улучшить комплаентность пациента и уменьшить риск повторных кардиальных событий.

Заключение: Реабилитация пациентов с острым инфарктом миокарда — неотъемлемая часть лечения. Комплексный подход, включающий медикаментозную терапию, физическую активность, коррекцию факторов риска и психологическую поддержку, позволяет достичь стойкой ремиссии и улучшить качество жизни пациентов.

Использованная литература:

1. Бакулев А.Н., Ильин М.А. Кардиология. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2021.

2. ESC Guidelines on cardiovascular disease prevention in clinical practice (2021). European Heart Journal.

3. Оганов Р.Г. и др. Реабилитация в кардиологии: национальное руководство. — М.: РМИА, 2020.

4. Котовская Ю.В., Тарзиманова А.И. Медицинская реабилитация больных с ИБС. // Российский кардиологический журнал. — 2022.

5. Коваленко В.М., Коркушко О.В. Реабилитация больных с острым инфарктом миокарда. // Кардиология. — 2019. — №4. —25–33https://cyberleninka.ru/article/n/reabilitatsiya-bolnyh-s-ostrym-infarktom-miokarda

6. Piepoli, M. F., et al. Secondary prevention in the clinical management of patients with cardiovascular diseases. // European Journal of Preventive Cardiology. — 2020.https://doi.org/10.1177/2047487320924911

7. Thomas, R. J., et al. Home-based cardiac rehabilitation. // Journal of the American College of Cardiology. — 2019.https://www.jacc.org/doi/10.1016/j.jacc.2019.01.001

8. Anderson, L., et al. Exercise-based cardiac rehabilitation for coronary heart disease. // Cochrane Database of Systematic Reviews. — 2016.https://doi.org/10.1002/14651858.CD001800.pub3

9. Кушаковский М.С. Инфаркт миокарда: диагностика, лечение, реабилитация. — СПб: СпецЛит, 2020. — 248 с. World 1-

10.Health Organization (WHO). Rehabilitation after cardiovascular diseases, with special emphasis on developing countries. — Geneva, 1993.https://apps.who.int/iris/handle/10665/37181