Мы продолжаем беседу с Великановым А.М.

А.М. давайте продолжим интересную тему про атеросклероз

- Да, **хочется напомнить нашим читателям,что Атеросклероз** и связанные с ним болезни являются крайне актуальной проблемой, ведь за последние 50 лет в темп развития атеросклероза ускорился ,расширилась область поражаемых им органов-мишеней.
Поражение жизненно важных органов стало нередким у молодых мужчин и женщин! А корни атеросклероза уходят в ранний детский возраст, т.к. у новорожденных в интиме аорты и коронарных артерий содержится большое количество холестерина.

А.М. а кто все же чаще подвержен этому заболеванию?
-
- у Атросклероза,как и многих болезней имеются факторы риска.

К основным факторам риска относятся:

- Возраст — у большинства атеросклероз проявляется в возрастном периоде 40-50 лет и старше.
- Пол — мужчины болеют чаще женщин, у женщин атеросклероз развивается в среднем на 10 лет позднее.
- Генетическая предрасположенность — наличие по родственной линии в семье случаев атеросклероза.
- Табакокурение — повышается риск развития раннего атеросклероза в 2-3 раза.
Под вредным влиянием веществ, содержащихся в табачном дыме, происходит увеличение частоты сердечных сокращений, развивается спазм и сужение артерий , что приводит к нарушению работы сердца.
- Избыточная масса тела ,ожирение— избыточное отложение жира на туловище и внутренних органах сопровождается риском развития атеросклероза, артериальной гипертензии , сахарного диабета.
- Гиперлипидемия, гиперхолестеринемия - является одним из основных факторов риска развития и прогрессирования атеросклероза.
- Артериальная гипертензия.
- Сахарный диабет.
- Низкая физическая активность (гиподинамия)- физические упражнения нормализуют массу тела, поддерживают сердечно-сосудистую систему в оптимальной форме, способствуют снижению уровня холестерина.
Стало больше людей имеющих малоподвижную работу,автомобиль из которого не вылезают, выходят только домой переночевать, а дома телевизор, компьютер, много вкусной вечерней еды- в результате нарастает ожирение, развивается атеросклероз с подругами болезнями.

- Психический и эмоциональный стресс.
под его влиянием люди начинают больше курить, переедать, употреблять алкогольные напитки. Все это приводит к плачевному результату

Атеросклероз –это мощный «фундамент» развития ишемической болезни сердца , хронической сердечной недостаточности , транзиторных ишемических атак и мозговых инсультов, аритмий ,аневризм и закупорки периферических артерий.
Поэтому хочется пожелать нашим читателям побольше положительных эмоций, избежания стрессов, жития в мире и благости, движения и стремления к совершенству.