

## Проявите особую настороженность

В нашей стране до 80% смертей происходит вне медицинских организаций— дома, на работе, на даче, в общественных местах.

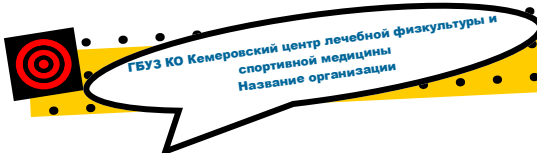
Большая часть из них происходит скоропостижно.

Однако, при овладении и своевременном применении несложных приемов оказания самопомощи или взаимопомощи со стороны



Вызов скорой помощи  
с городского телефона—03,

Настоящая памятка адресована практически всем людям, но особенно лицам с высоким и очень высоким риском развития сердечно-сосудистых заболеваний и их фатальных осложнений, а также всем больным с сердечно-сосудистыми заболеваниями, их



ГБУЗ КО Кемеровский центр лечебной физкультуры и  
спортивной медицины  
Название организации

ГБУЗ КО КЦЛФЖИСМ  
отделение медицинской  
профилактики



**Неотложные меры  
самопомощи и  
взаимопомощи  
при сердечном  
приступе**

▶ **Памятка для  
пациента**

## ▶ Первая помощь при сердечном приступе

### Характерные признаки

нередко развиваются на фоне физической или психоэмоциональной на-



грузки, но чаще с некоторым интервалом после них

- Внезапно приступообразно возникающие давящие, сжимающие, жгучие, ломящие боли в грудной клетке (за грудиной) продолжительные 5 минут и более

- Аналогичные боли с левой стороны в области плеча, лопатки, шеи, нижней челюсти, плеч и рук

- Нехватка воздуха, одышка, резкая слабость, холодный пот, тошнота параллельно с болями в грудной клетке

- Пульсирующие или ноющие боли, не

## Алгоритм неотложных действий

При внезапном появлении характерных признаков сердечного приступа не выжидайте более 10 минут и вызывайте бригаду скорой медицинской помощи

До приезда бригады необходимо сесть в кресло с подлокотниками или лечь в постель с приподнятым изголовьем

При отсутствии непереносимости принять 0,25 аспирина (разжевать, проглотить) и таблетку нитроглицерина под язык

Обеспечить доступ свежего воздуха— открыть окно, освободить шею

Если через 5-7 минут боли не утихли, повторить прием нитроглицерина

Если еще через 10 минут боли не утихли, принять нитроглицерин третий раз



## ВНИМАНИЕ !

Если после приема нитроглице-

**БОЛЬНОМУ С СЕРДЕЧНЫМ ПРИСТУПОМ КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ ВСТАВАТЬ, ХОДИТЬ, КУРИТЬ И ПРИНИМАТЬ ПИЩУ ДО РАЗРЕШЕНИЯ ВРАЧА**

не принимать

**НЕЛЬЗЯ ПРИНИМАТЬ НИТРОГЛИЦЕРИН ПРИ РЕЗКОЙ СЛАБОСТИ, ПОТЛИВОСТИ, ВЫРАЖЕННОЙ ГОЛОВНОЙ БОЛИ, ГО-**



## ЛОВОКРУЖЕНИИ, ОСТРОМ



ГБУЗ КО Кемеровский  
центр лечебной физкультуры и  
спортивной медицины

ГБУЗ КО КЦЛФКиСМ  
отделение медицинской профилактики  
8 (3842) 44 22 70  
Эл. почта : profmedko@mail.ru