

## Профилактика

Лучший способ попытаться предотвратить ЗПА является поддержание здорового, активного образа жизни:

- Если Вы курите, бросьте курить.
- Контролируйте Ваше кровяное давление, холестерин и уровень глюкозы.
- Регулярно занимайтесь спортом.
- Соблюдайте диету с низким содержанием жиров и холестерина и ешьте больше фруктов и овощей.
- Если Вы страдаете избыточным весом или ожирением, посоветуйтесь с врачом с целью снижения веса.

Для более подробной информации посетите наш сайт:

[www.angio-surgery.ru](http://www.angio-surgery.ru)  
[www.inozemtcev.ru](http://www.inozemtcev.ru)

или обратитесь за консультацией к нашим специалистам

Москва, 105187, ул.Фортунатовская 1

Контакт- центр (495) 365-05-05  
(499) 347-95-34



ГОРОДСКАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ  
**БОЛЬНИЦА**  
**ИНОЗЕМЦЕВА**



## ЗАБОЛЕВАНИЕ ПЕРИФЕРИЧЕСКИХ АРТЕРИЙ

Заболевание периферических артерий (ЗПА) возникает в следствии утолщения сосудистой стенки, вызванные наложением атеросклеротической бляшки сужая или окклюзируя (закупоривая) сосуд, тем самым уменьшая кровообращение в конечности.

Если поверхность бляшки становится шероховатой или язвенной, она может накопить маленькие тромбы или фрагменты бляшки, которые могут мигрировать с потоком крови и в конечном итоге закупорить кровеносный сосуд, тем самым вызвать ишемию (повреждение), например, закупорив мозговой сосуд вызвать - инсульт.

Очень часто люди с ЗПА не испытывают дискомфорта, пока болезнь не прогрессирует. Почти все симптомы обусловлены недостатком кровообращения в мышцах ног. Как правило, люди с ЗПА жалуются на боли в бедрах, голених или икрах при ходьбе, подъеме по лестнице или физических упражнениях, которые проходят после отдыха - это называется перемежающейся хромотой.

У людей с тяжелой формой ЗПА могут быть следующие симптомы:



- Спазмирующая боль, которая не проходит, после отдыха;
- Заметное снижение температуры голени или стопы по сравнению с остальной частью тела;
- Длительно не заживающие раны пальца(ев) ног;
- Темный или бледный цвет кожи ноги;
- Гангрена;
- Тонкая, блестящая кожа;
- Отсутствие волосяного покрова.

## Факторы риска

Существует множество факторов риска, которые могут вызвать или ускорить развитие ЗПА. Наиболее важными из них являются:

- Артериальная гипертензия (высокое кровяное давление). Необходимо тщательно контролировать его, чтобы снизить риск возникновения сосудистых заболеваний.
- Курение, всегда подвергает Вас высокому риску развития артериальных заболеваний. Отказ от курения может принести огромную пользу вашему организму. Это, вероятно, самая важная вещь, которую Вы можете сделать, чтобы уменьшить или устранить шансы на развитие ЗПА



**ДИАБЕТИЧЕСКАЯ СТОПА**

- Сахарный диабет, повышает риск развития сосудистых заболеваний, может привести к диабетической стопе.
- Ожирение, гиподинамия, высокий уровень холестерина в крови. Холестерин (разновидность жира) в артериях очень токсичен. Ожирение и недостаток физических упражнений могут вызвать общее ухудшение состояния артериальной системы.

Контроль образа жизни, позволит Вам значительно снизить риск развития ЗПА.

- Возраст: мужчины старше 60 лет подвергаются большему риску развития ЗПА. Женщины после менопаузы, подвергаются тем же рискам, что и мужчины старше 60 лет. Независимо от вашего возраста, регулярно занимайтесь спортом! Он доставит больше кислорода в вашу кровь, понизит высокое кровяное давление и улучшит циркуляцию и общее здоровье.

- Наследственность, играет жизненно важную роль в развитии сосудистых заболеваний. Обязательно сообщите своему сосудистому хирургу о родителях, бабушках и дедушках, у которых было сосудистое заболевание.

## Лечение

Есть несколько видов лечения ЗПА:

**Медикаментозная терапия**, направленная на разжижение крови, для снижения уровня холестерина, снижения или контроля высокого кровяного давления, улучшения кровотока в ноге и контроля уровня сахара в крови при диабете.

**Хирургическое вмешательство:** лечение симптомов, вызванных заболеваниями периферических сосудов, заключается в удалении атеросклеротической бляшки или шунтировании (обходе) закупоренного сосуда.



- Шунтирование выполняется при закупорке артерий в брюшной полости (аорты и подвздошных артерий) и ногах (бедренных артерий).



- Баллонная ангиопластика и стентирование – это высокотехнологическая процедура, которая менее инвазивна, чем хирургическая. Процедура выполняется через прокол в бедренной артерии (в паху). При ангиопластике открывается сосуд с помощью проводников (проволок) введенных в артерию, после чего, выполняется надувание баллонных катетеров и при необходимости устанавливают стент (металлическая пружинка), для поддержания расширенной артерии, тем самым улучшая приток крови к ноге.

- Удаление тромба: когда тромбы полностью препятствуют кровотоку, можно удалить тромб для восстановления кровотока и сохранения конечности.