

Здоровое сердце – счастливое детство

Ежегодно в Свердловской области регистрируют всё больше случаев сердечно-сосудистых заболеваний у детей. Насколько успешно лечатся болезни сердца сегодня и можно ли застраховать от них своих потомков, рассказала **главный внештатный специалист – детский кардиолог Минздрава Свердловской области Ольга Скоробогатова.**

Рука на пульсе

– Ольга Владимировна, расскажите, как ведёт себя здоровое детское сердце?

– Это зависит от возраста ребёнка. Например, у грудничков обращаем внимание на цвет кожных покровов, ровность дыхания, естественный набор веса. Если всё в порядке, то и с сердцем, вероятно, тоже всё хорошо. У старших детей признаками сердечного здоровья являются, в частности, подвижность, выносливость при физических нагрузках, отсутствие одышки, предобморочных и обморочных состояний, бледности.

Показания пульса в покое у младенцев – около 150 ударов в минуту, по мере взросления частота снижается и к 16-17 годам достигает примерно 80 ударов в минуту. У спортсменов в спокойном состоянии пульс может быть ещё реже.

Если родителей что-то беспокоило в самочувствии ребёнка, лучше не откладывать визит к врачу. Раннее выявление проблемы даёт больше шансов на успешное излечение.

– Можно ли прогнозировать проблемы с сердцем у детей?

– Если у родителей или вообще в роду встречались сердечные патологии, а тем более ранние (до 45 лет) смерти из-за них, нужно быть начеку. Ещё в перинатальном периоде мы можем и стремимся выявить нарушения сердечного ритма, пороки развития сердца, сосудов у плода. Проводим беременным женщинам УЗИ на II-III триместре беременности. Это обследование можно пройти в кабинетах пренатальной диагностики в межмуниципальных медицинских центрах Свердловской области. При необходимости будущую маму направят для подтверждения диагноза и составления плана лечения в областной Клинико-диагностический центр охраны здоровья матери и ребёнка. Я сама участвую в перинатальных консилиумах еженедельно.

– Каковы шансы вылечить ребёнка?

– Если мы говорим про временные отклонения в работе сердечно-сосудистой системы из-за нарушения режима работы и отдыха, стресса, повышения температуры тела и других факторов, то они практически в 100% случаев могут быть устранены. Если речь о патологиях, то есть о проблемах, которые не зависят от нашей усталости, настроения, а присутствуют всегда, – то их чаще всего можно вылечить.

Пока врачи не могут полностью справиться с тяжёлыми пороками сердца, в этом случае ребёнок живёт с ограничениями и может получить инвалидность. Но врачи проводят всё возможное лечение, которое включает оперативную коррекцию порока сердца, медикаментозное лечение сердечной недостаточности, а также реабилитацию таких детей.

Всемогущий ЗОЖ

– Сердечные проблемы распространены у свердловских детей?

– Каждый год впервые выявляется около одной тысячи новорождённых с врождёнными пороками сердца и примерно пять тысяч детей с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Всего на сегодняшний день наблюдаются у кардиолога порядка 26 тысяч детей. Благо, многие заболевания удаётся взять под контроль или излечить, иначе это число было бы существенно выше. Но мы видим, что заболеваемость неуклонно растёт уже более десяти лет.

– Почему сейчас детские сердца страдают чаще и как это изменить?

– Ещё в юности закладываются привычки, которые потом могут повлиять на здоровье самих родителей и их малышей. Это неправильное питание, в котором мало овощей и много жирной жареной пищи, а также малоподвижный образ жизни. Они провоцируют набор веса, снижение выносливости, сосудистые проблемы.

Курение, употребление алкоголя и энергетиков несут серьёзный вред – вплоть до летальных исходов. В этом году в Свердловской области уже зафиксировано три случая внезапной сердечной смерти у подростков на фоне выпитых энергетиков и курения вейпа – не справились сердца с такой нагрузкой.

Закладывать основы здорового образа жизни нужно с детства. Родители это могут сделать только своим примером – воздерживаться от вредных привычек, много двигаться и правильно питаться. Переход на ЗОЖ принесёт пользу вам, вашим детям и в перспективе – внукам.

Арина Шелкова