

ВВЕДЕНИЕ

В наше время каждый взрослый человек обязан задумываться о своем здоровье. И не только задумываться, но и прилагать все усилия, чтобы сохранить его как можно дольше. Ведь в мире столько всего интересного и неизведанного, да и любой человек хочет жить не только долго, но и комфортно. Понятно, фактически никого не соблазнишь долгой жизнью в состоянии полной развалины, которая не может обойтись без помощи посторонних. Совсем другое — быть самостоятельным, полным энергии, желаний и возможностей! Если вы серьезно следите за своим здоровьем, обязательно ежегодно делайте электрокардиограмму, ультразвуковое исследование и анализ крови. Такое комплексное обследование поможет выявить проблемы со здоровьем и позволит начать лечение на ранней стадии заболевания, если что-то вдруг обнаружится.

Электрокардиограмма (ЭКГ) — простая и безболезненная процедура. Однако она способна выявить «тайные» болячки, определить, в каком ритме бьется сердце, оценить состояние сердечной мышцы, показать, есть ли у человека какие-либо проблемы с этим органом, страдает ли он от гипертонии, стенокардии, ишемической болезни, атеросклероза, ревмокардита и др., были ли у него инсульты или инфаркты. Все эти заболевания можно выявить, проанализировав информацию о состоянии сердечного ритма, о его частоте и регулярности, оценив, есть ли травмированные, умирающие или мертвые ткани миокарда, есть ли утолщения в определенных участках сердца. Благодаря ЭКГ можно обнаружить нарушения обмена ионов кальция, калия, магния, а также внутрисердечной проводимости. Сочетаясь с физической нагрузкой, кардиограмма может рассказать и об общем состоянии сердца, а значит, и организма в целом.

ЭКГ довольно сложно читать, даже не все врачи быстро постигают эту науку. Но не все так плохо. При желании

и обычный человек, часто сталкивающийся с кардиограммами, может обучиться этому искусству. Умение читать электрокардиограмму поможет сердечникам, заядлым курильщикам, гипертоникам, людям с повышенным холестерином и нарушенным обменом веществ разговаривать с врачом на одном языке, позволит им видеть, что творится с их сердцем, обратить внимание на проблемы и сделать определенные выводы. Если понимать, что означают все эти кривые и зубцы, то можно адекватно оценить поставленный диагноз, не пугаться того, чего не нужно, а при необходимости действовать четко и верно.