

Сколько лет вашим сосудам?



Традиционно оценка состояния сердечно-сосудистой системы проводится в условиях лечебно-диагностических учреждений. Исключением, пожалуй, является лишь измерение артериального давления. Тонометры – приборы для измерения артериального давления – сейчас широко применяются и вне медицинских организаций.

В настоящее время у специалистов областного центра медицинской профилактики появилась новая возможность исследовать состояние сердечно-сосудистой системы с использованием прибора «АнгиоСкан-01П». Проводимое с его помощью обследование основано на регистрации распространяющихся по артериям пульсовых волн, то есть волн повышенного давления, вызванных выбросом крови при сокращениях сердца. После анализа пульсовых волн прибор определяет такие показатели, как **частота пульса**, **биологический возраст сосудистой системы**, **жесткость сосудов**,

уровень стресса, насыщение крови кислородом.

Частота пульса (число сердечных сокращений в минуту) – важнейший параметр, отражающий в первую очередь тренированность сердечно-сосудистой системы: чем выше частота пульса в покое, тем менее тренированы сердце и сосуды. Высокая частота пульса в покое (90 и более ударов в минуту) рассматривается как серьёзный фактор риска развития сердечно-сосудистых заболеваний.

Возраст сосудистой системы определяется посредством измерения эластичности мелких артерий, а та, в свою очередь, соотносится с возрастом исследуемого. Интерпретация этого показателя чрезвычайно проста: если ваш сосудистый возраст меньше паспортного возраста, то это хорошо. Когда же возраст сосудов превышает количество лет, указанных в паспорте, это свидетельствует о неудовлетворительном состоянии мелких артерий.

Жёсткость сосудов. Данный параметр оценивает состояние крупных артерий: аорты и её основных ветвей. Увеличение жёсткости артерий приводит к повреждению капилляров и нарушениям микроциркуляции в различных органах – в первую очередь в мозге и почках.

Уровень стресса характеризует состояние центров, регулирующих сердечно-сосудистую систему.

Насыщение кислородом. Уровень кислорода в крови (степень насыщения её кислородом) крайне важный показатель. Норма находится в диапазоне от 96 до 99 %. Уровень ниже 95–96 % может наблюдаться при тяжёлых заболеваниях дыхательной и сердечно-сосудистой системы, а также при выраженных анемиях (малокровии) – синдромах, которые характеризуются значительным уменьшением содержания гемоглобина в крови. При хронических заболеваниях сердца и лёгких снижение данного показателя может свидетельствовать об обострении заболевания – в подобной ситуации необходимо обратиться за медицинской помощью.

Снижение уровня кислорода в крови на фоне простуды, гриппа, острых респираторных вирусных инфекций, а также пневмонии и других заболеваний лёгких может свидетельствовать о тяжёлом течении заболевания. Особенно важен показатель уровня кислорода для лиц с хроническими заболеваниями лёгких, в том числе с хроническим бронхитом.

Процедура проведения теста проста, безболезненна и не вызывает какого-либо повреждения кожи. При проведении исследования устройство в виде зажима-клипсы крепится на концевой фаланге указательного пальца руки и оптический датчик в течение 2–5 минут считывает необходимые данные с капилляров пальца. Результаты выдаются сразу по завершении теста.

Известный английский врач Томас Сиденхем ещё двести лет тому назад утверждал: «Человеку столько лет, сколько лет его сосудам». Современная наука подтвердила правомерность этого утверждения.

Свой истинный биологический возраст теперь может узнать каждый житель Ярославской области – пройдя бесплатное обследование на «АнгиоСкане-01П» во время акций, организованных областным центром медицинской профилактики. О датах и месте проведения акций узнавайте на нашем сайте – <http://osmp.zdrav76.ru/>

*Леонид Анатольевич Катилов,
врач по медицинской профилактике*