

СОДЕРЖАНИЕ

Условные сокращения	5
Введение	7
Факторы риска атеросклероза и его осложнений	10
Понятие о факторах риска атеросклероза, инфаркта миокарда, мозгового инсульта, внезапной смерти	10
Пол	11
Возраст	13
Этническая принадлежность	14
Отягощенная наследственность	15
Атерогенные дислипидемии	18
Артериальная гипертензия	27
Прокоагулянтный сдвиг	34
Сахарный диабет	38
Избыточная масса тела	42
Табакокурение	45
Алкоголь	47
Гиподинамия	50
Психоэмоциональные факторы	52
Предвестники сердечных и мозговых катастроф	55
Хроническая ИБС как предиктор острого инфаркта миокарда	56
Хроническая цереброваскулярная недостаточность и «малые» ее проявления	63
Вопросы физиологии и патофизиологии мозгового кровотока	74
Некоторые аспекты диагностики сосудистых поражений головного мозга	78
Внезапная смерть	85
Определение понятия «внезапная смерть». Частота, факторы риска, предикторы	85
Внезапная сердечная смерть	86
Внезапная мозговая смерть	107
Естественное течение атеросклероза на примере ишемической болезни сердца	111
Вопросы профилактики и лечения атеросклероза	131
Общие принципы	131
Рациональная диета и полезные пищевые добавки, влияние алкоголя	134
Значение личностных особенностей и психологического комфорта, выбор профессии, отказ от курения	140
Борьба с гиподинамией, избыточной массой тела, нарушением толерантности к углеводам	143
Контроль артериального давления	144
Контроль липидного состава крови и терапия антиагрегантами	145
Заключение	156
Литература	166