



РОЛЬ ГИПОДИНАМИИ В РАЗВИТИИ ИБС

ВЫПОЛНИЛА:

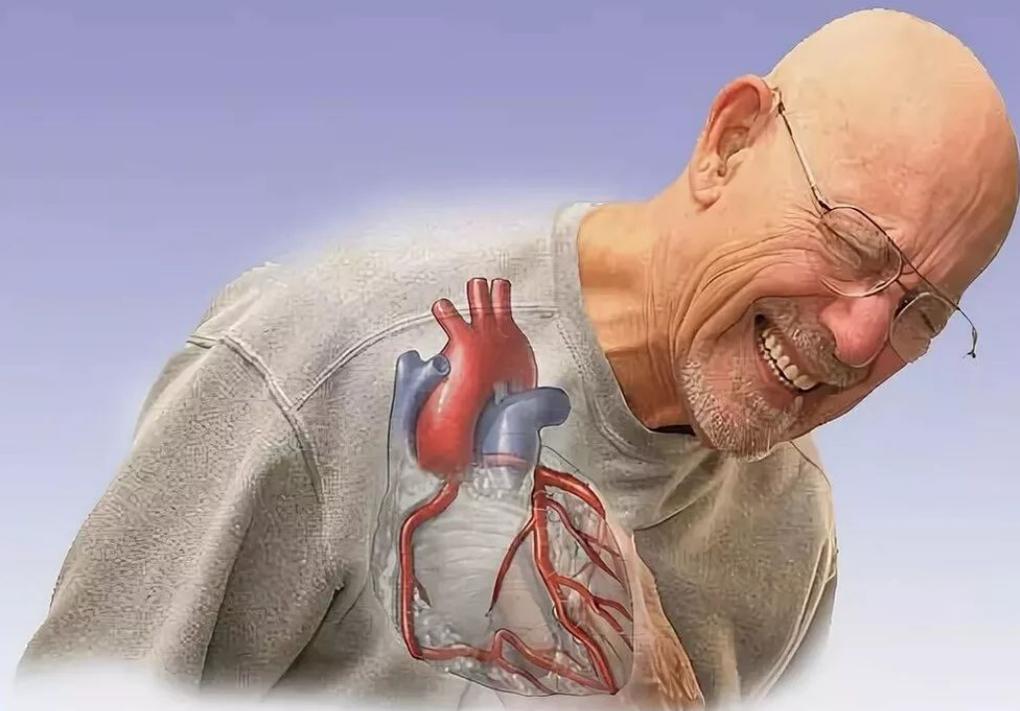
СТУДЕНТКА 407 ГРУППЫ

ЛЕЧЕБНОГО ФАКУЛЬТЕТА

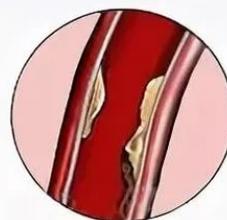
ГАИБОВА М.А.

Тверь, 2021

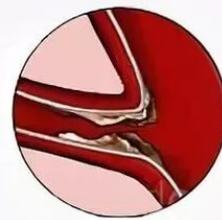
Ишемическая болезнь сердца (ИБС) – это хроническое сердечно-сосудистое заболевание, в основе которого лежит поражение сердечной мышцы (миокарда) вследствие нарушения её кровоснабжения. Коронарный кровоток нарушается, в большинстве случаев, из-за поражения сосудов сердца атеросклеротическими бляшками.



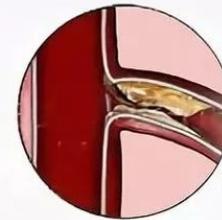
Ишемическая болезнь сердца - поражение коронарных артерий



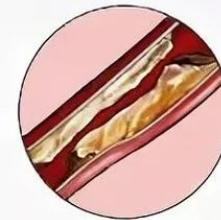
Сужение 30 %



Сужение 50 %



Сужение 99%



Сужение 90%

Ишемическая болезнь сердца (ИБС)

ФАКТОРЫ РИСКА

Немодифицируемые

- Пол
- Возраст
- Наследственность

Модифицируемые

- Курение табака
- Алкоголь
- Нерациональное питание
- Ожирение
- Гиподинамия
- Артериальная гипертензия
- Дислипидемия
- Психосоциальные факторы

- Гиподинамия – отсутствие активных физических упражнений, по крайней мере 3 раза в неделю по 30 мин. Малоподвижный образ жизни, отсутствие тренировки сердечной мышцы приводят к развитию ИБС.



МЕХАНИЗМ

Гиподинамия

Снижение
интенсивности
метаболических
процессов

Развитие
абдоминального
ожирения

Дислипидемия

Атеросклероз

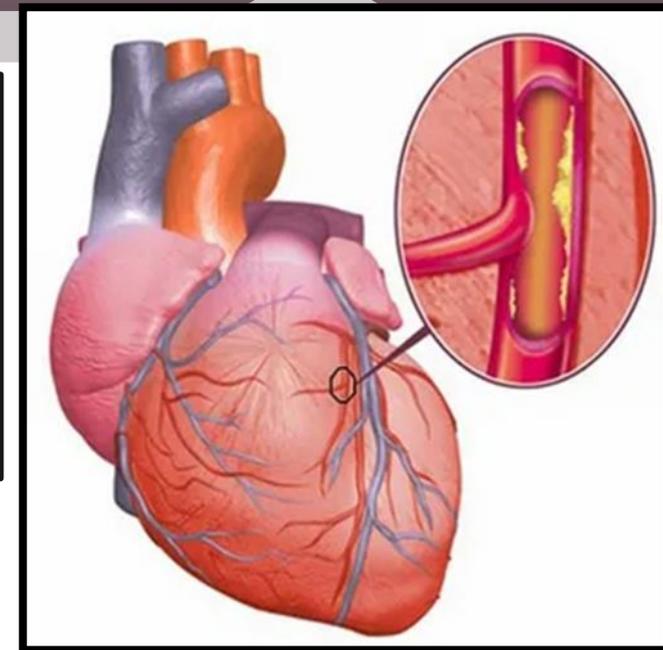
Тромбоз

Инфаркт

У человека имеются липопротеины(ЛП), которые делятся на 2 группы:

1. Антиатерогенные ЛП (предотвращают образование холестериновой бляшки) : ЛПВП¹
2. Атерогенные ЛП (способствуют образованию холестериновой бляшки): ЛПНП², ЛПОНП³

1. Липопротеины высокой плотности
2. Липопротеины низкой плотности
3. Липопротеины очень низкой плотности



- Регулярные занятия физической культурой положительно влияют на уровни ЛПНП и антиатерогенных ЛПВП, усвоение кислорода коронарными артериями и сердцем; снижают чувствительность миокарда к катехоламинам (уменьшая риск желудочковых нарушений ритма), вес и уровень АД; предотвращают ожирение и риск развития ИБ

Будьте
здоровы!

