

астмой, при эрозивно-язвенных поражениях желудочно-кишечного тракта, геморрагических диатезах, беременности и кормлении грудью.

● При непереносимости аспирина эффективная замена – **клопидогрел (плавикс, зилт, лопирел, плагрил)**.

НЕ ЛЕЧИТ, А КУПИРУЕТ

Основная функция **нитроглицерина** – купирование приступов стенокардии. Это лекарство используется в медицинской практике больше 100 лет. В России выпускается в виде таблеток, капсул, нитроспрея. Нитроглицерин усиливает выработку оксида азота, который расширяет сосуды. Когда расширяются вены, к сердцу поступает меньше венозной крови, сила сокращения сердца снижается, уменьшается потребность в кислороде, и стенокардическая боль стихает.

Этот препарат всегда должен быть в кармане, на прикроватном столике у больных ишемической болезнью сердца. При появлении боли при физической нагрузке в области сердца, за грудиной следует прекратить любую работу, остановиться. Если после отдыха боль не прошла в течение 3-5 минут, брызните нитроспрей или положите таблетку (капсулу) нитроглицерина под язык и подержите во рту, не проглатывая, до полного растворения. Как правило, уже в первые минуты боль стихает. В обратном случае через 10-20 минут можно повторить прием, но при условии, если не снизилось артериальное давление,

не болит голова. Иначе срочно вызывайте «скорую помощь»! Терпеть боль свыше 20-30 минут не надо, поскольку велик риск развития инфаркта миокарда.

Суточная норма нитроглицерина – 3 мг (это 6 таблеток). В течение 3 часов после использования лекарства ни в коем случае нельзя употреблять алкоголь. Если пациенту предстоит большая, чем обычно, физическая или психоэмоциональная нагрузка, можно принять нитроглицерин профилактически за 30 минут до мероприятия.

Наиболее частая «побочка» от приема нитроглицерина – головная боль, тошнота, снижение артериального давления, индивидуальная непереносимость. В этом случае замедлить всасывание лекарства можно таким образом: брызнуть одну дозу нитроспрея на валидол и рассосать.

Альтернативой могут послужить капли **карниланд**. В их состав, кроме нитроглицерина, входят валериана, ландыш, валидол. Принимайте по 10-15 капель с небольшим количеством жидкости во время приступа стенокардии. Или нанесите капли на небольшой кусочек сахара и держите во рту, не проглатывая, до полного рассасывания. Как показывает практика, голова от приема карниланда болит гораздо реже.

Нитроглицерин нельзя принимать людям, имеющим тяжелые пороки сердца, закрытоугольную глаукому, склонность к резкому снижению артериального давления, выраженную брадикардию; пережившим кровоизли-

яние в мозг, а также при анемии и во время беременности.

При этом надо помнить, что нитроглицерин не излечивает, не влияет на прогноз и продолжительность жизни. Его ниша, как я уже сказала – купировать приступ стенокардии.

ОТ «ПУСТЫШКИ» ДО ДОПИНГА

Милдронат, триметазидин (предуктал, депренорм), рибоксин, калия оротат, ранолазин относятся к группе метаболических препаратов, ишемических протекторов. Отношение к ним авторитетного медицинского сообщества неоднозначно – много лет ведутся дискуссии об их полезности и эффективности. Одни считают их плацебо, то есть пустышкой. Другие ведут себя сдержанно, дожидаясь того времени, пока не заговорит доказательная медицина.

На сегодняшний день в международные стандарты лечения вошел один только **предуктал**. Он защищает клетки сердца от ишемии, не расширяя сосуды, а меняя метаболизм в них; уменьшает размер поврежденного миокарда. Предуктал следует принимать по 1 капсуле 1 раз в сутки, во время завтрака. А вот продолжительность курса лечения определяет лечащий врач.

Милдронат используется только в России и постсоветском пространстве. Зарубежной поддержки у него нет. Хуже того. Помните известный допинговый скандал, когда с 1 января 2016 года Всемирное антидопин-

говое агентство (WADA) объявило милдронат (мельдоний) запрещенным препаратом, допингом? Якобы он помогает нашим спортсменам завоевывать призовые места на Олимпиадах и чемпионатах мира, утраивая их силы. На самом деле милдронат не обладает столь сказочными свойствами, а его запрет – это не что иное, как чистой воды политика.

Механизм действия милдроната – это синтез универсальной энергетической молекулы АТФ. Считается, что, улучшая энергетический обмен в клетке, он поливалентен по отношению к клеткам сердца, мозга, скелетных мышц. Вследствие этого повышается работоспособность, уменьшаются психическое и физическое перенапряжение, улучшается сократимость миокарда.

Милдронат улучшает также симптоматику при хронической ишемии мозга и ишемических инсультах. Принимать его надо в дневное время – утром и в обед. А вот после вечернего приема может наступить бессонница.

Что касается препарата **калия оротат**, он довольно редко применяется кардиологами. По той же причине – мала доказательная база. Но надо знать, что это не препарат калия, как часто думают большие. Его действие больше похоже на действие анаболических гормонов, и при дефиците калия он не назначается.

Светлана ПЛАХОВА, врач-кардиолог высшей категории, заслуженный работник здравоохранения Московской области.