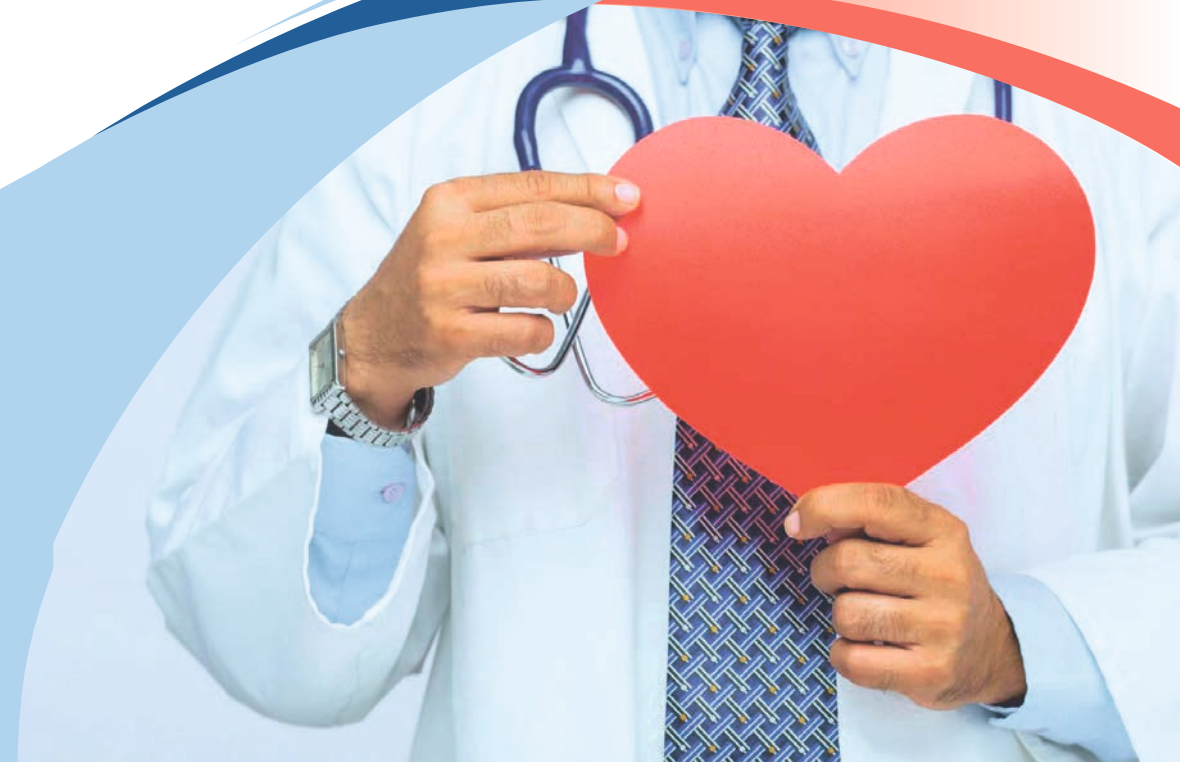


# Муй верты мосд, хэн сәм кәши шәңкап тывәс (нәмты непек)



Тәм непек тәдаң па кәшаң хәннехуйтәт пәта мосмитл.  
Тәта хәншман муй щирн сәм кәши олаңән уша верты  
рәхл па муйсәр нәтупсы мет олаңән верты, тохтурәт  
кәшаң хуйт хуци йиты мәр. Тәм непек унтасн нын  
веритдәты шәңкап сәм кәшийн юхтум хәннехәя  
нәтты.



## Имухты деккарәт вохты мосл

Россия мўевн 80 % арат мир сәм мәш эвәлт әнтәма йил. Щит юдн, рәпатайн, рўтыщәты пурайн, оса тәхетн тывл. Ар пеләк щимәщ вер шәңкап питыйл. Щит пәта мосты артән щимәщ хуята нәтты ки, лўв дыдәна хәщл. Хўв мәр тохтур ки ән вохлы, щи пурайн кәшаң хәннехәя нәтты давәрт.

### Шәңкап сәм-кәши

Муй щирн уша верты рәхл, хути хәннехә шәңкап сәм кәшийн юхәтса (инфаркт миокарда):

- шәңкапн сәм нәрәтты, сәм шумәртты питлы ки, сәм нюр хошийл оңты лўвәт дыпийн (оңты лўв дыпийн хун нўм пеләкн), веткем минута мәр;
- кәши тывл пўва пеләк ләңкәрн (еш сәрн), пўва пеләк поңхәлн, ешн, пўва пеләк сапәлн па ил пеләк аңәнән, щәдта ләңкәрн, ешн, хун нўм пеләкн;
- сәм кәши пурайн ләдты давәрт, хәннехә щомды йил, мулды эвәлт пәл, охәтты вўратл, охәтл, давленияйл ая йил;
- сәм кәши тывл, хән хәннехә мулды давәрт ут верд (вот ещәлт сора шәшл, хонтәп хўват нух хәңхәл, ар дел) муй па дыкащәл, дявәтл, ўвл, пакәнд па па ут пурайн.



Шәңкап сәм кәши юхәтты пурайн хәннехәя нух килды, яңхты, шар талды, деты ән рәхл.

## Муй мет сыры верты мосл

Нын муй па хәннехә щимәщ шәңкап сәм кәшийн юхәтсыиты ки па 5 минута мәнты юпийн ищиты ки кәши, имухты тохтур вохты мосл. 10 минута эвәлт хўвшәк ләвәлды ән мосл.

Нын муй па хәннехә щимәщ шәңкап сәм кәшийн юхәтсыиты ки, па нын хуцана тохтур вохты щир әнтәм, хуят кепи вохаты, дәдн нын пәльницая ат тәсыиты. Лўв саттәда машинайн мәнты ән мосл, тәп щи пурайн, хән немхуят ванән әнтәм ки.

Сәм кәши юхәтты юпийн мосл щиты верты, мәта щирн нын тохтурн путәртсыиты муй па тәмиты:



- «скорая помощь» деккарәт вохты;
- омәсты муй па ух нухшәк пунман улты, 0,25 г аспирин пуртән ләхәлды па юхи деты па 0,5 г нитроглицерин пуртән/капсула (ара пуремәты) нялум илпия пунты, юхи ән деты (нялум илпийн тәйты); сапл лак лыпаща верты па ишни пелки пунты, дәдн вот рўв ат вәс;
- аспирин па нитроглицерин пуртәннән девум юпийн 5-7 минута мәнәс, тәп ищиты кәши вәд ки, кимит пўш па нитроглицерин пуртән ўнда пунты мосл;
- 10 минута щи юпийн ищиты кәши-мәш ки вәд, хәдмит пўш нитроглицерин ўнда пунты;
- нитроглицерин оләң пўш муй па кимит пўш деты юпийн: вевдосды йисты, шәңкәсыиты, давәрт ләдты питәс, мосл улты, кўрдән нух алумты, и аstackан йиңк яньщты, нитроглицерин ўнда па ән вўты.

**Артадаты! Ән рәхл ацетилсалициловой кислота (аспирин) яньщты, нынана щи пуртән ән рәхл ки, муй па тепл па сәд кәши-мәш тәйты пурайн; ән рәхл нитроглицерин пуртән деты хән шәңкап вевды-щомды йилды, шәңкәлдыиты, хән ух кәша йил, шувемәды, сем вевтама кәдты питл, давәрт путәртты муй па шўтвўра хәтыйлдытты питләды.**

## Ух шов шаңкап кәши-мәшн юхәтдә, хән кәды мосты щирн щив ән питл (инсульт)

### Муй эвәлт щит уша верты рәхл:

- хән хәннехә ёшдал-күрдал вевды-щомды питләт, ән хәләнтләт (хәтыйлды щир әнтәм), венш юврая талды, и пеләк ўңәл эвәлт пулшәң етәл;
- путәртты щир әнтәм (мосты ясәт уха ән йиләт, нялүм тәп перәтды, муй па иса путәртты щир әнтәм);
- семңән вевтама кәдләт, мулды шиваләты уш әнтәм;
- тўна дольты муй па шәшты щир әнтәм (нюр мйтты ки ил щи рәкәнды, ил кериты щи вўтыщәды, ўхәлдн йира щи тәды);
- ух шеңк кәши (дыкащты муй па мулды давәрт ут верты юпийн вәдләл)
- ух вевтама йил, уш ән тәйды, леваса юхи мўрлтыйды.



## Кўчума вәлды хәннехә хущи, мата хуят шаңкап кәшаңа йис, ищиты тохтур вохты мосл

### Муй мет сыры верты мосл

1. Имухты деккарәт вохты мосл, кўш минута мәр кәши-мәш тывәс.
2. Тохтурәт юхәтты вәнты:
  - хәннехә вўратыйл ки па рома ән веритл, ки ўлды, лўвәл йира керәтты мосл, ўңдәл сыстамтты, ләдн лўв далты щир ат тәйс.
  - хәннехә ушәң ки, айлтыева ямашәк омсәлды, шәнш пўңдәл пәтшкәйн пунты. Ишни муй па ов пелки пунты рәхл, ләдн лўвәла ищки вот рўв ат йис. Сапәллакәл, әнтуп келәл лыня верты, ермат дәмәтсухләл еңхты мосл.
  - Давленияйл нух вантты мосл, 220 вәнты нух едмәс ки, пуртәнән мәты, ләдн ая ат йис.

- Ед рўвәл уша верты мосл. 38 градус муй па па вәна едмәс ки, 1 г парацетамол пуртәнән мәты (щит кәт пуртән 0,5 г арат ара дәхәлды па юхи левемәты) **(парацетамол пуртән ән тәйләты ки па пуртән мәты ән рәхл!);**

- Венш лохта па уха еңк пунты, муй па мулды потум ут, еңк сора ән лудты пәты аюм ай хира пунты мосл па элды венш мәңхты сухн ювәртты;



- Кәшаңа ювум хуят сыры пуртән ки левмал (симвастатин, ловастатин, флувастатин, правастатин, аторвастатин, розувастатин), щи пурайн тәп и пўш мәты арат пуртәнән яньщдәты;

- Кәшаңа ювум хуята давәрт ки далты, ўңдал эвәлт пулшәң посыйл, ухәл еша йирашәк пунты па пулшәңәл нух мәңхты.

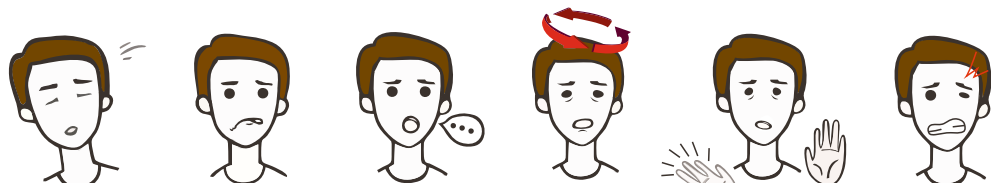
- Кәшаңа ювум хуят путәртты ән веритл ки муй па вевтама путәртәл, мосл лўвәл роммәлды, лупты, хуты лўв еша вәл яма йил. Тәдаң ёш пеләк катәлды, вантты, ләдн ал путәртәс, лўвәл мулды оләңән иньщәсты ән мосл. Кәшаңа ювум хуят путәртты ән веритл, тәп муй хуятәт путәртләт па верләт, лўвәла иса сащл па кәл.

### Нәмты мосл!

- хәннехә шаңкап сәм муй па ух шов кәшийн юхәтсы ки, тәп оләң 10 минута мәр тохтурәт вохты пурайн, хәннехә ямсыева нәтты рәхл;
- ацетилсалициловая кислота (аспирин) муй па нитроглицерин имухты яньщты ки, инфаркт миокарда мәш эвәлт ямәлды рәхл.
- Кўчума вәлды хәннехә хущи, мата хуят шаңкап кәшаңа йис, ищиты тохтур вохты мосл – 30% арат щимәщ хуятәт юдн сурма питты вер, щит дыв кўчумәт вәсәт;
- Хән хәннехә сәмл вулдыс, мосл имухты 60-120 секунда мәр сәмл ёшн тәңәртты, щиты 50% шаңкап кәшаңа ювум хуят ямәлды веритды.

**Хәннехә партты мосл, ләдн лўв нях муләңа ат йис, ёшдал нух ат алумсәлэ, немл ат лупәс**

## Муй щирн инсулт кәши олаңан уша верты рәхл



Шәңкап саң-уш вотшәды.

Венш и пелкәл саңды пилт. Ұңәл и пелкәл ил есләшд.

Путәрды-ясәңды йил. Хәннехә немд лупты ән веритл.

Хәннехә ухәл шувемәды

И ешл, күрл саңды пилт. Хәннехә ияха ешлал нух әлумты ән веритл.

Ухәл кәшийн шәңкап юхәтды.

Тохтурәт тәп 4 щос мәр хәннехәя нәтты щир тәйләт.

## Гипертонической криз

Гипертонической криз (Гк) – щит, хән хәннехә давленияйл шеңк вәна йил (систолической «нүм пеләк» – 180 мм рт. ст.; диастолической «ил пеләк» – 120 мм рт. ст.) щи пурайн:

- ух вера кәша йил, мултыкем ух путләң тәхийн, муй па ух давәртәңа йил па шувийл;
- семңән ещәлт нуви тўтыет вудиләт;
- охәтты вўратды, вевды-щомды йилды;
- лалты давәрт, вев, сәм пелкән кәши;
- айлтыева венш, ешңән, күрңән нух пўвләдәт.



Тохтурн кашәң хәтл деты пуртәнән хәншсыиты ки, щи пуртән кашәң хәтл деты мосл!

Гипертонической криз щирн кәшитты хуята ән рәхл мулты шәңкап щирн верты (шәңкап нух долдыты, ил омәсты, ил улды, ил нюрийлды)па па мулты давәрт ут.

## Муй щирн мет олаңан нәтты мосл

Гипертонической криз ведщи питты пурайн мосл:

- карты кел тўт ая перәтты, хәннехә ил ултәты, сапәл лакәллына верты, ишни муй па хот ов пелки пўншты, ләдн хот йита ищки вот рўв ат йис;
- артериальной давленияйл (АД, 160 мм рт.ст. вәнты нух едмәс ки, мосл пуртәнән мәты. Пуртән әнтәм ки, муй па АД 200 мм рт.ст. вәнты йис, муй па щит эвәлт мет вән – сора деккар вохты мосл;
- деккар юхәтты вәнты мосл кәшаңа ювум хуят айлтыева нух омсәлды, күрләл каврум йиңка есәлды;



- 40-60 минута пуртән яньщты юпийн, АД давления кимит пўш па нух вантты мосл, ая ән ки йис – сора тохтур вохты мосл;
- ямәшәка ки йис па АД шимла йис, еша рўтьщәгы мосл (ухәл еша нухшәк пунман ил ултәты) па щи юпийн тохтур вохты.

Тохтур пида путәртийн уша верты мосл, муйсәр пуртән нынана яньщты мосл, давленияйн шеңк нух ки едмәл. Тәса хәншты, мәта пуртән, муй арат яньщты, муй арат щос мәр яньщты мосл. Уша верты, мәта кәши пурайн тохтур сора вохты мосл.

Тәп 15 % кәшаң хуят эвәлт мосты щирн тохтурн хәншум пуртәнәт яньщдәт, ләдн артериальной давленияел нух әл едмәс

Гипертонической кәши-мәш эвәлт сәм кәши (инфаркт миокарда) па ух шов кәши (инсулт)тывл. Тәм мәш мосты щирн лекщитты рәхл. Мосл, тәп тохтурн хәншум пуртәнәт мосты пурайн яньщты, АД ванкўтды уша верты, холестерин па саккар кәдыйн ушәңа тәйты.