**Аритмия у пожилого человека: виды и причины нарушений**

**сердечного ритма**

Нормальная частота сердечных сокращений (ЧСС) – от 60 до 100 ударов/минуту. Сердце бьется быстрее во время занятий спортом, при других физических нагрузках. Ускорение ритма в таких случаях вызвано физиологическими причинами. За 70 лет жизни человека сердце бьется более 2,5 миллиардов раз. У пожилых людей сердцебиение часто бывает слишком медленным или, наоборот, учащенным.

 

**Что такое аритмия**

Биение сердца – сокращение под воздействием электрических импульсов. Любое изменение в их нормальной последовательности – это нарушение сердечного ритма, которое называется аритмией.

Признаки:

* слишком частый пульс в покое и при незначительной физической нагрузке (подъеме по лестнице, быстрой ходьбе);
* необычно медленное сердцебиение;
* неритмичный пульс: удары, замирание, прочие необычные проявления работы сердца;

одышка.

При замедлении биений сердца органы и ткани получают меньше кислорода, развивается гипоксия.

Слишком быстрые сокращения ухудшают состояние сердца, не позволяют ему полноценно перекачивать кровь.

**Виды нарушений сердечного ритма**

Возникновение того или иного вида нарушения сердечного ритма также зависит от места происхождения – желудочков или предсердий.

**Брадикардия**

Брадикардия – это слишком медленное сердцебиение, ЧСС составляет менее 60 ударов в минуту.

Симптомы:

* слабость;
* головокружения;
* быстрая утомляемость при небольших нагрузках;
* ухудшение работоспособности;
* обмороки.

Возникновение брадикардии обычно связано с хронической сердечной недостаточностью, нарушением кровоснабжения сердечной мышцы.

**Тахикардия**

Тахикардия – это аритмия со слишком быстрым сердцебиением, ЧСС в состоянии покоя достигает свыше 100 ударов в минуту. Происходит «фибрилляция предсердий» (трепетание) – несогласованное, быстрое электрическое воздействие, из-за которого количество сокращений порой увеличивается до 300/мин.

При наджелудочковой тахикардии количество биений сердца возрастает до 150/мин. Возникают приступы беспричинной тревоги, беспокойства, паники, головокружения. При фибрилляции желудочков быстро снижается так называемая насосная сила сердца. Ухудшается перекачивание крови. Возникает риск внезапной остановки сердца и смерти.

Также опасной для жизни считается желудочковая экстрасистолия. Появляются ощущения замирания сердца, которые сменяются его «кувырками». Иногда у пожилых пациентов отмечается чередование тахикардии и брадикардии.

**Аритмия синусового типа**

Происходит расстройство функций сердца, хотя правильная последовательность сокращений и расслаблений сохраняется. Нарушается их ритмичность — интервалы между отдельными сокращениями.

Этот вид аритмии часто развивается у пожилых людей как результат возрастных процессов, старения тканей и органов. Проявляется синусовая аритмия второй степени общей слабостью, одышкой, возникающей даже в состоянии покоя.

**Экстрасистолия**

Этот вид нарушений ритма не обязательно вызван патологией, встречается у здоровых людей. Экстрасистолы – сердцебиения, возникающие дополнительно к основным сокращениям.

Различают экстрасистолы желудочковые и наджелудочковые (предсердий). Пациенты могут не испытывать дискомфорт. Если экстрасистолы связаны с инфарктом миокарда, то состояние больного ухудшается.

**Мерцательная аритмия**

Мерцательная аритмия – это вид нарушений сердечного ритма, при котором возникают быстрые нерегулярные сердцебиения. Происходят неправильные сокращения предсердий – трепетания или мерцания. Функции ослабляются из-за неритмичной работы камер.

Признаки:

* появление слабости, одышки в покое;
* учащенное сердцебиение;
* боль в сердце;
* потливость;
* судороги;
* мелькание «точек» перед глазами;
* кратковременная потеря сознания.

Замедляется кровоток из-за чего образуются сгустки в сосудах (тромбы). Они мигрируют, достигают артерий, питающих мозг. В этом случае тромбы становятся причиной инсульта. Могут быть другие осложнения, в том числе инфаркт миокарда.

**Причины аритмии**

Первые в списке причин аритмии – ишемическая болезнь (ИБС), миокардит, дефекты клапанов, врожденные пороки сердца продолжительный дефицит калия, магния, фосфатов, кальция.

Нехватка ионов макро- и микроэлементов приводит нарушению баланса электролитов, необходимых для проведения электрических импульсов в сердце. Наибольшее влияние оказывают дефициты калия и магния.

Другие факторы, влияющие на развитие аритмии:

* железодефицитная анемия;
* гормональный дисбаланс;
* бронхиальная астма;
* гипо- , гипертиреоз;
* сахарный диабет;
* гипертония;
* инфекции.

Нерегулярный ритм может быть вызван сбоями в работе вегетативной нервной системы, интоксикацией. Аритмия развивается при приеме некоторых препаратов, например, антигистаминных, сердечных гликозидов, бета-блокаторов (от гипертонии).

Ритм сокращений нарушают избыток кофеина, алкоголь, стресс, депрессия.

**Диагностика аритмии**

Легкие перебои в работе сердца часто остаются незамеченными. Иногда больные воспринимают нарушения как фатальные – опасаются за свою жизнь, паникуют. Чтобы точно знать причины «трепетания», учащенного пульса, одышки, надо пройти обследование.

**ЭКГ**

Электрокардиография – самый простой метод диагностики. Она дают информацию о ритме сердца, наличии ишемии, фибрилляции предсердий. Процедура снятия ЭКГ занимает до 10 минут, не доставляет никаких неприятных ощущений.

**ЭХО-КГ**

Эхокардиография дает возможность оценить работу структур сердца с помощью ультразвука. Этот метод диагностики позволяет выявить пороки клапанного аппарата, состояние сердечной мышцы и другие важные характеристики.

**Холтер-мониторинг**

Если симптомы возникают ежедневно, может потребоваться  холтеровский мониторинг – ношение портативного устройства ЭКГ, которое непрерывно регистрирует сердечный ритм и артериальное давление в течение 24-48 часов. Нужно будет вести подробный дневник, отмечая точное время возникновения симптомов. Затем дневник сопоставляют с записью ритма, чтобы определить, связаны ли симптомы с сердечной аритмией.

На основании расшифровки данных ЭКГ и ЭХО-КГ врач назначает соответствующее лечение.

Дополнительно проводится ультразвуковое исследование щитовидной железы для выявления патологий, влияющих на развитие заболеваний сердца, сдаются несколько анализов крови для выявления инфекционно-воспалительных процессов.