

ББК 54.10 : 51.20
А23

Редактор В. И. Рыбак
Технический редактор В. Ю. Кознов
Художник В. А. Павликов
Корректор Н. А. Ростовская

Издательский дом «Практика»
119048, Москва, а/я 421. Тел. (495) 921-22-04

Жара и сердечно-сосудистая система. Ф. Т. Агеев, М. Д. Смирнова, О. В. Роднен-

ков. — М.: Практика, 2015. — 184 с.

Книга посвящена актуальной, но пока малоизученной проблеме: влиянию
А23 климатических факторов, а именно аномальной жары, на здоровье человека.

В нее вошли данные эпидемиологических и клинических исследований, отража-
ющие влияние волн жары на заболеваемость и смертность населения. Даны

определение и критерии понятия «волна жары», рассмотрены механизмы адап-
тации и дезадаптации организма здоровых людей и больных сердечно-сосудис-
тными заболеваниями к высоким температурам, выделены факторы риска разви-
тия осложнений. Отдельная глава посвящена тепловым заболеваниям. Особое
внимание уделено методам профилактики негативного воздействия волн жары
на течение сердечно-сосудистых заболеваний. Описано влияние основных групп
кардиопрепаратов, таких как ингибиторы АПФ, блокаторы кальциевых каналов,
статины и др., на организм принимающих их пациентов во время жары. Отдель-
ный раздел посвящен возможности использования препаратов с адаптогенными
свойствами (Панангин, Милдронат, Кудесан, Афобазол) с целью нивелирования
отрицательного влияния жары на состояние сердечно-сосудистой системы и ка-
чество жизни больных сердечно-сосудистыми заболеваниями.
Для кардиологов, терапевтов, неврологов, врачей общей практики, а также
студентов медицинских вузов.

© Ф. Т. Агеев, М. Д. Смирнова, О. В. Родненков, 2015 (текст)

© Издательский дом «Практика», 2015 (оформление)

ISBN 978-5-89816-145-3

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие	6
Сведения об авторах	8
Список сокращений	10
Введение	11
Глава 1. Влияние волн жары на заболеваемость и смертность населения (данные эпидемиологических исследований)	15
Литература	21
Глава 2. Что считать аномальной жарой?	23
Литература	27
Глава 3. Физиологическая адаптация к жаре	29
Механизмы терморегуляции человека во время жары	29
Гемодинамика в условиях длительного теплового стресса. Результаты модельного эксперимента	34
Окислительный стресс в условиях длительной гипертермии	57
Литература	60
Глава 4. Особо уязвимые группы населения: факторы риска	63
Пожилой и старческий возраст	63
Детский возраст	66
Пол	66
Социальный статус	67
Место жительства	68
Наличие хронических заболеваний	70
Уровень тревоги	74
Курение	74
Избыточная масса тела	74
Малоподвижный образ жизни	74
Ограничение сна	75
Прием медикаментов	75
Литература	81
Глава 5. Заболевания, связанные с жарой	85
Литература	89
Глава 6. Влияние волн жары на больных сердечно-сосудистыми заболеваниями: адаптация и дезадаптация (собственные данные)	91
6.1. Лето 2010 года	91
6.2. Обычное лето	112
Литература	128
Глава 7. Мероприятия по профилактике ССО и смертности в период аномальной жары	133
7.1. Саногенное поведение населения во время жары	133
7.2. Коррекция терапии	145
7.3. Возможности адаптогенной терапии	158
Вместо заключения	172
Литература	172
Приложение 1. Медико-санитарные рекомендации ВОЗ 2010 года	178
Приложение 2. Адаптированные рекомендации: как сохранить здоровье в жару. Советы врача	180