

Тахикардия – это слишком быстрый или нерегулярный ритм сердца. Как правило, он составляет от 100 до 400 ударов в минуту. При таком состоянии сердце не в состоянии эффективно перекачивать обогащенную кислородом кровь по телу. Нормой для взрослого человека является от 60 до 100 ударов сердца в минуту.



Виды тахикардии

- Мерцательная или суправентрикулярная тахикардия - начинается в верхних камерах сердца (предсердиях). Может длиться от нескольких часов до нескольких дней.
- Пароксизмальная тахикардия - приступ регулярных сокращений сердца с частотой 140-250 в минуту. Начинается и заканчивается внезапно.

Причины тахикардии

Тахикардия может возникать из-за связанных с сердцем болезненных состояний, таких как:

- высокое кровяное давление (гипертония);
- плохое кровоснабжение сердечной мышцы из-за ишемической болезни сердца (атеросклероза);
- болезни сердечного клапана;
- сердечной недостаточности;
- болезни сердечной мышцы (кардиомиопатии);

- опухоли или инфекции.

Также ее могут вызвать:

- болезни щитовидной железы;
- некоторые заболевания легких;
- электролитный дисбаланс;
- злоупотребление алкоголем или наркотиками;
- реакция на определенные лекарства.

Кроме того, [тахикардия сердца](#) может начаться и из-за эмоционального стресса или приема большого количества напитков с кофеином.

Симптомы тахикардии

- Одышка;
- головокружение;
- внезапная слабость;
- тяжесть в груди;
- обморок.

Факторы риска

Определенные условия могут увеличить риск развития тахикардии. К ним относятся:

- ишемическая болезнь сердца;
- сердечная недостаточность;
- сердечный приступ;
- врожденные пороки сердца;
- воспалительные или дегенеративные заболевания сердца;
- хроническое заболевание легких.

Лечение тахикардии

Варьируется от приема лекарств до операции. Тысячи людей каждый год проходят процедуру имплантации дефибриллятора, который контролирует сердечный ритм.

«А если у меня тахикардия и часто сопутствующее ему [низкое сердечное давление - что делать](#) ?» - спрашивают многие.

Главное – не паниковать и не начинать самостоятельный прием лекарств. Часто люди с тахикардией не нуждаются в медицинской терапии. Лечение нужно тогда, когда симптомы проявляются часто и причиняют серьезное беспокойство. В некоторых случаях все, что требуется, - это убрать причину, по которой возникла тахикардия сердца. Это может быть, например, гиперактивность щитовидной железы.

Ваш врач может порекомендовать следующие методы избавления от тахикардии:

- Массаж каротидного синуса: давление на шею, в том месте, где сонная артерия «распадается» на две ветви. Должен выполняться медицинским работником, чтобы минимизировать риск инсульта или повреждения легких.
- Маневр Вальсальвы: зажать нос, закрыть рот, зажмуриться и выдохнуть.
- Иногда тахикардию прерывает рефлекс погружения. Это реакция организма на внезапное погружение в воду, особенно холодную.
- Полноценный отдых – одно из лучших средств для предотвращения приступа.
- Отказ от кофе.
- Отказ от алкоголя.
- Отказ от употребления табака.