

ГОО ВПО Донецкий Национальный Медицинский Университет им.М.Горького
Институт Неотложной и Восстановительной Хирургии им.В.К.Гусака



Синдром «преждевременного сосудистого старения» Диагностика и профилактика

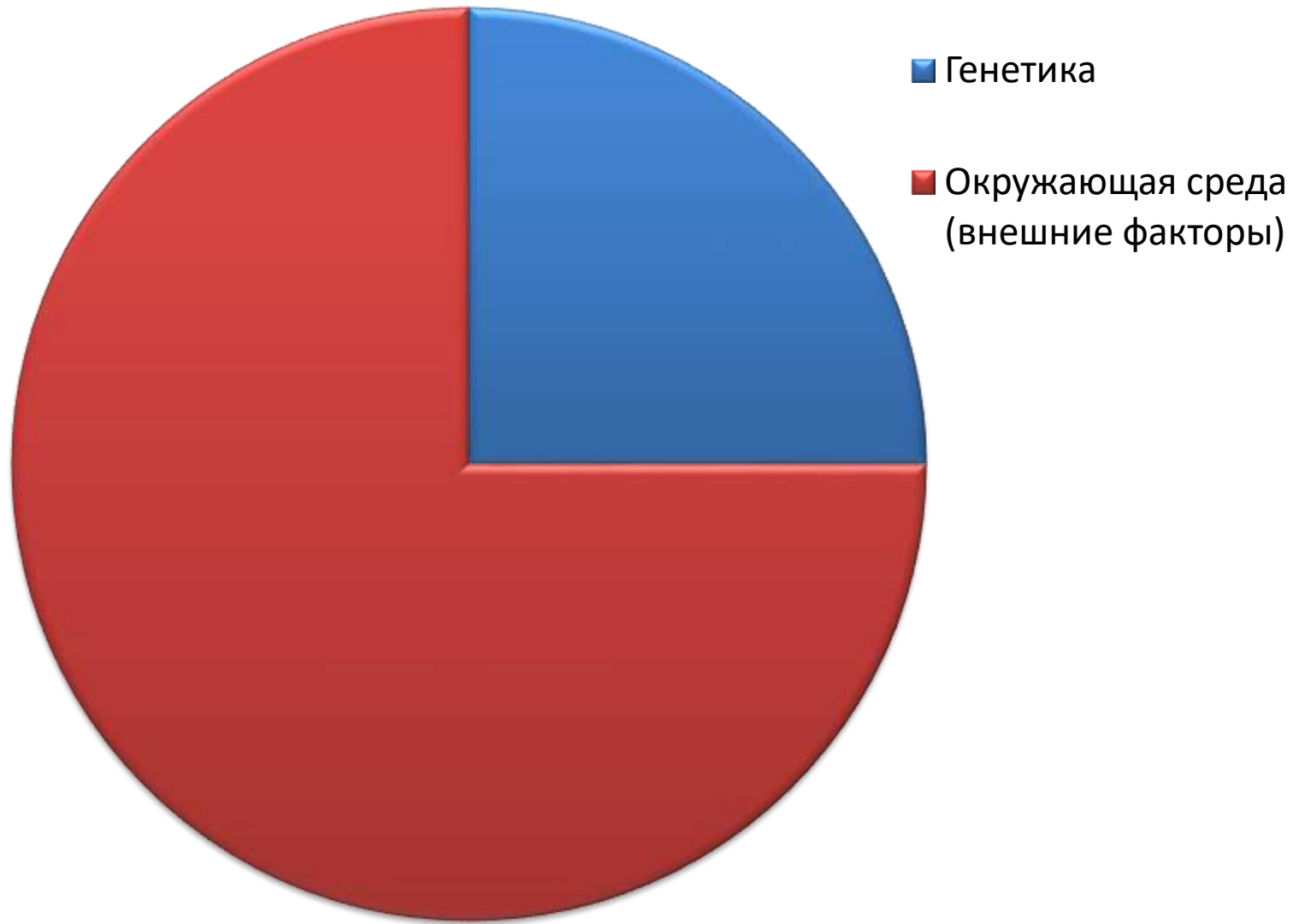
Асс. кафедры внутренних болезней №3 Сологуб И.А.
Доц. Кафедры внутренних болезней №3,
к.м.н. Склянная Е.В.
Асс. кафедры внутренних болезней №3 Стехина К.В.

Что такое старение?

- Происходящие в организме изменения, которые являются компонентами процесса старения и влияют на него, носят комплексный характер. На биологическом уровне старение связано с постепенным аккумулярованием самых разнообразных повреждений на молекулярном и клеточном уровнях. Со временем эти повреждения приводят к постепенному уменьшению физиологических резервов и к повышенному риску многочисленных болезней, а также к общему спаду индивидуальной жизнеспособности.

- На 2021 год существует около 50 теорий/гипотез старения
- Основными из них являются теории
 - 1.генетической запрограммированности и
 - 2.накопления ошибок

Причины старения





- **Рудольф Вирхов** впервые вывел концепцию атеросклероза как медленного воспалительного процесса в стенке артерии
- **Клаудио Франчески** – после обнаружения воспалительных клеток в тканях, органах и клетках впервые вводит понятие «воспалительное старение»

Основные «виновники» воспаления

- Висцеральное ожирение
- Дисбиоз кишечника
- Аутофагия
- Свободнорадикальное повреждение (окисление)
- Цитокиновое повреждение

Факторы «преждевременного» старения

- Эндогенные (болезни и наследственность)
- Экзогенные (гиподинамия, окружающая среда, нарушение питания, стрессы, вредные привычки, нарушение биоритмов, излучение)

Возрастные изменения сердца

Гипертрофия
ЛЖ

Диастолическая
дисфункция

Нарушения
ритма

Нарушение сократимости:
Уменьшение резерва
Дисрегуляция
норэпинефрина

Сердечно-сосудистое
несоответствие:
Снижение эластичности ЛЖ
Уменьшение резерва

Сосудистые изменения:
Утолщение КИМ, повышенная
жесткость,
Эндотелиальная дисфункция



Раннее сосудистое старение (EVA-синдром)

- Это прогрессирующее изменение структуры и функции артерий преимущественно крупного и среднего калибра, приводящее к снижению сосудистого комплаенса и увеличению артериальной жесткости.



***Томас Сиденхем:
«Человек настолько стар, насколько стары его артерии»***

Сосудистые изменения при ССЗ

Жесткость артерий – один из компонентов КВР



Дополнительные методы определения сосудистого старения:

- Гликозилированный гемоглобин
- СМАД (определение систолической АГ)
- ЭхоКГ (Гипертрофия, диастолическая дисфункция)
- ХМ ЭКГ (поиск нарушений ритма)
- Нагрузочные тесты (определение толерантности к физической нагрузке)
- УЗИ сонных артерий (утолщение КИМ, АБ)
- УЗИ периферических артерий
- Определение скорости пульсовой волны, измерение лодыжечно-плечевого индекса

Факторы риска и маркеры EVA-синдрома

Факторы риска

- Коморбидность
- СД, НТГ
- Дислипидемия
- АГ
- Курение
- Метаболический с-м
- Стресс
- Семейный анамнез

Маркеры

- Микроальбуминурия, снижение СКФ
- Артерио-брахиальный индекс
- Распространение пульсовой волны
- Высокий уровень С-РБ
- Диастолическая дисфункция

Коррекция «сосудистого возраста»

Анализ «условий жизни» долгожителей позволил выделить некоторые аспекты:

1. Дольше живут работающие умственно люди
2. Потребляющие шоколад
3. Сделавшие правильный выбор супруга
4. Улыбающиеся
5. Живущие в гармонии с собой и окружающей средой

Коррекция «сосудистого старения»

- Физические упражнения, йога
- DASH-диета
- Антиоксиданты
- Снижение массы тела
- Лечение обструктивного апноэ сна
- Контроль кардио-васкулярных факторов

Коррекция «сосудистого старения»

Не кардиоваскулярные препараты:

- Аллопуринол
- Витамины (Д, Е, А)
- Омега-3-ПНЖК
- Гормонзаместительная терапия (при нарушениях функции ЩЖ; ранней менопаузе и т.д.)

Коррекция «сосудистого старения»

Кардиопротективная терапия:

- иАПФ/БРА-2
- Статины
- Нитраты
- Антагонисты альдостерона
- Сахароснижающие препараты (Метформин!)
- Бета-блокаторы
- БКК
- Диуретики

Выводы:

- Учитывая наличие корригируемых факторов риска «сосудистого старения», мы получаем определенные инструменты, чтобы воздействовать на сосудистый возраст, который мы можем попытаться снизить, в отличии от паспортного
- Центральное место в профилактике сосудистого старения занимает лечение и профилактика ССЗ
- Воздействие на сосудистое старение как процесс должно рассматриваться как одна из основных целей профилактики и лечения пациента с ССЗ



*Я думал друзей
теряют в
ссорах, а они
просто
растворяются
во времени... -
Бернард Шоу*

Не давайте друзьям растворяться во
времени, профилактируйте
преждевременное сосудистое старение!

*Спасибо за
внимание!*

