

THE ROLE OF SMOKING IN THE DEVELOPMENT OF THROMBOSIS AND STROKE

Kurbanova Mohira Abduvahabovna,

associate professor, scientific supervisor, department
Tashkent Medical Academy, Tashkent, Uzbekistan.

Илхомжонов Бехзод, student

Nuralieva Nilufar, student

Tashkent Medical academy, Uzbekistan

РОЛЬ КУРЕНИЯ В РАЗВИТИИ ТРОМБОЗА И ИНСУЛЬТА

Курбанова М.А., Доцент кафедры Медицинская и биологическая химия
Ташкентской медицинской академии, mohira_1974@mail.ru

Илхомжонов Б., bexzodilxomjonov2004@gmail.com ,

Нуралиева Н.

Ташкентская Медицинская академия, Узбекистан

Аннотация. Курение является одной из основных причин сердечно-сосудистых заболеваний, включая тромбоз и инсульт. Оно ускоряет развитие атеросклероза, повышает уровень холестерина в крови, ухудшает кровоток и повышает риск образования тромбов в кровеносных сосудах. В этой статье мы рассмотрим подробнее, как курение влияет на развитие тромбоза и инсульта, а также какие меры можно принять, чтобы снизить этот риск.

Тромбоз - это образование тромба в кровеносном сосуде, который может затруднить или полностью заблокировать кровоток. Курение повышает риск образования тромбов, увеличивая уровень фибриногена и тромбоцитов в крови, а также снижая уровень антикоагулянтов. Курение также ухудшает качество сосудистой стенки, делая ее более подверженной к повреждению и образованию тромбов.

Инсульт - это нарушение кровообращения в мозге, вызванное затруднением или полной блокадой кровотока. Курение увеличивает риск развития инсульта, повышая уровень окислительного стресса и воспаления в организме, что приводит к повреждению сосудистой стенки и образованию тромбов. Курение также увеличивает уровень гомоцистеина в крови, что повышает риск развития инсульта.

Меры, которые можно принять, чтобы снизить риск развития тромбоза и инсульта, включают в себя прекращение курения, снижение уровня холестерина в крови, увеличение физической активности и снижение уровня стресса. Прекращение курения является одним из наиболее эффективных способов

снижения риска сердечно-сосудистых заболеваний. Также рекомендуется увеличить потребление фруктов и овощей, снизить уровень потребления жирных продуктов и перейти на более здоровый образ жизни в целом.

Ключевые слова: курение, тромбоз, инсульт, фактор риска, прекращение курения, атеросклероз, тромб, уровень тромбоцита, уровень фибриногена, уровень антикоагулянтов,

ВВЕДЕНИЕ:

Тромбоз и инсульт - это серьезные заболевания, которые могут нанести значительный ущерб здоровью человека и стать причиной инвалидности или даже смерти. Курение является одним из наиболее распространенных факторов риска, способствующих развитию этих заболеваний. Несмотря на то, что современная медицина имеет эффективные методы лечения, лучшим решением всегда будет профилактика.

Курение - это привычка, которая может привести к многим заболеваниям. Согласно статистике, в мире ежегодно умирают миллионы людей от болезней, вызванных курением. Однако, многие курильщики не осознают, насколько опасно это привычка, и продолжают курить, несмотря на потенциальные риски.

Тромбоз - это образование тромбов (сгустков крови) в кровеносных сосудах, которые могут заблокировать кровоток и привести к инфаркту миокарда, инсульту, тромбоэмболии и другим серьезным заболеваниям. Курение увеличивает риск тромбоза, поскольку никотин и другие токсины, содержащиеся в табачном дыме, вызывают сужение кровеносных сосудов и повреждение их внутренней оболочки. Это приводит к образованию тромбов, которые могут заблокировать кровоток и вызвать серьезные осложнения.

Инсульт - это нарушение кровообращения в мозге, вызванное разрывом сосуда или его закупоркой тромбом. Курение увеличивает риск инсульта, поскольку токсины в табачном дыме повреждают стенки кровеносных сосудов и увеличивают вероятность образования тромбов. Кроме того, курение повышает артериальное давление и уровень холестерина, что также увеличивает риск инсульта. Понимание роли курения в развитии тромбоза и инсульта крайне важно для поддержания здоровья и предотвращения возможных осложнений.

ГЛАВЫ:

Связь между тромбозом и инсультом и болезнями сердца и кровеносной системы хорошо изучена в научной литературе. Кровоток - это жизненно важный фактор для поддержания здоровья сердца, мозга и других органов. Тромбоз - это образование сгустка крови в кровеносной системе, который может приводить к серьезным последствиям, таким как инфаркт миокарда, инсульт и другие заболевания кровеносной системы.

Существует непосредственная связь между тромбозом и инсультом. Тромб может образовываться в кровеносной системе и прерывать кровоток в мозг, что приводит к инсульту. Это может произойти как из-за тромбоза в мозге (так называемый ишемический инсульт), так и из-за тромбоза в других частях тела (например, в голове, шее или сердце), который затем может блокировать кровоток в мозг.

Кроме того, тромбоз может быть связан с различными болезнями сердца и кровеносной системы. Некоторые из этих заболеваний включают артериальную гипертензию, аритмию, сердечную недостаточность, коронарную болезнь сердца и другие. Эти заболевания могут увеличивать риск образования тромбов и, следовательно, увеличивать риск развития серьезных последствий, таких как инфаркт миокарда, инсульт и другие заболевания.

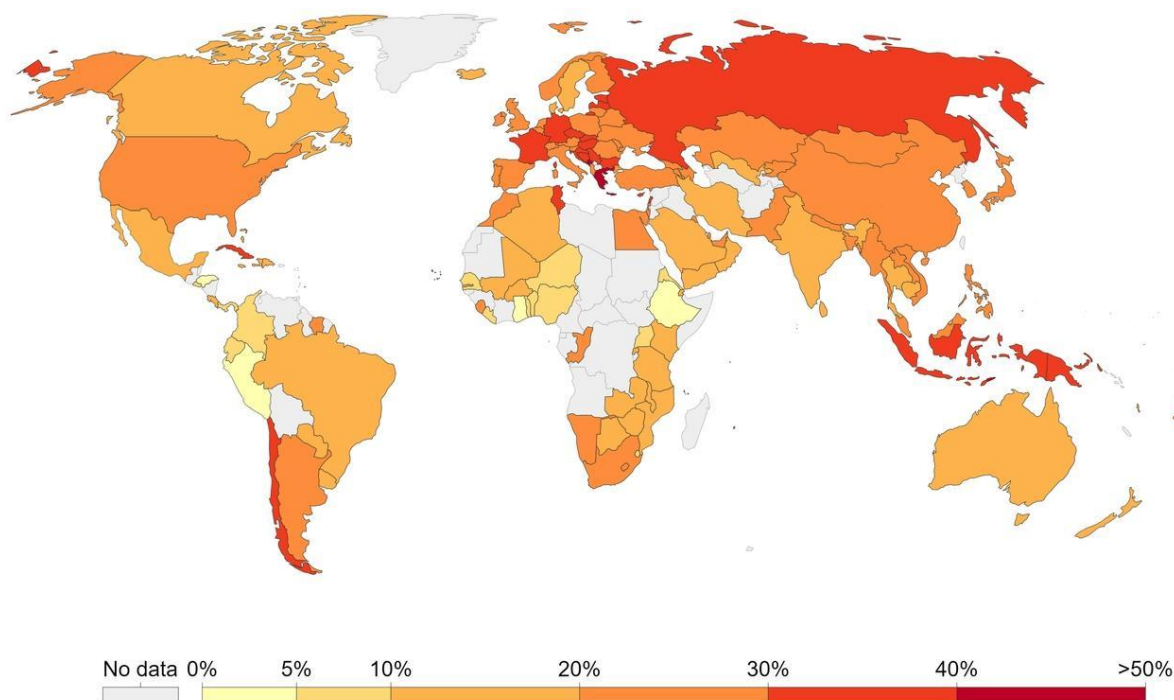


Рис.1.-Карта сравнения распространённости ежедневного курения среди людей старше 15 лет, 2020 год

Исследования показывают, что ряд факторов риска может увеличивать риск развития тромбоза и инсульта, а также болезней сердца и кровеносной системы. Эти факторы включают в себя курение, диабет, высокий уровень холестерина в крови, беспокойство и депрессию, наследственную предрасположенность и др. Поэтому важно заботиться о своем здоровье и регулярно проверять свой уровень риска на развитие тромбоза и инсульта и других серьезных заболеваний.

Курение является известным фактором риска для развития различных болезней сердца и кровеносной системы, таких как ишемическая болезнь сердца,

инфаркт миокарда, тромбозы и инсульты. Курение ведет к повышению кровяного давления, увеличению количества холестерина в крови, уменьшению количества кислорода в кровотоке, а также повышению риска образования тромбов.

Тромбоз - это состояние, при котором образуется кровяной сгусток внутри кровеносного сосуда. Это может произойти в любом месте в организме, но чаще всего тромбоз возникает в глубоких венах ног и таза. Кровяной сгусток, или тромб, может привести к блокировке кровотока в сосуде, что может вызвать тяжелые последствия в зависимости от того, где он находится. Например, если тромб закупорит сосуд, который подает кровь в сердце, это может привести к инфаркту миокарда. Если тромб закупорит сосуд в головном мозге, это может вызвать инсульт. Тромбоз также может быть связан с другими болезнями, такими как флебит, тромбофилия, тромбоэмболия и другие.

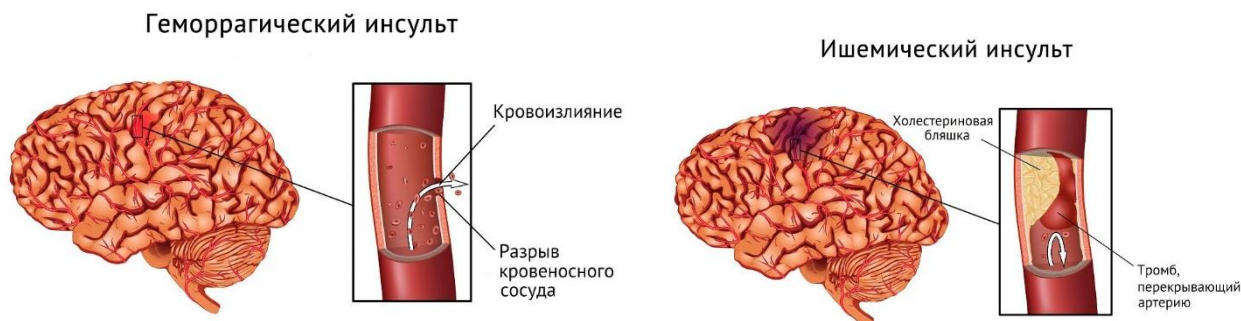
Тромбоз может быть вызван различными факторами риска, включая курение, ожирение, сидячий образ жизни, наследственные факторы и другие заболевания, такие как диабет, высокое кровяное давление и гиперхолестеринемия. Лечение тромбоза зависит от места его образования, его размера и других факторов риска, и может включать в себя применение антикоагулянтов, лекарственных препаратов и хирургических методов.

Курение является фактором риска для тромбоза, поскольку оно может повлиять на несколько механизмов в организме, которые способствуют образованию тромбов в кровеносных сосудах. Вот некоторые из этих механизмов:

1. Сужение кровеносных сосудов: курение вызывает сужение кровеносных сосудов, что может затруднить кровоток и увеличить риск образования тромбов.
2. Увеличение количества тромбоцитов: курение может увеличить количество тромбоцитов в крови, которые помогают образовывать тромбы.
3. Увеличение уровня фибрина: курение может увеличить уровень фибрина в крови, что может способствовать образованию тромбов.
4. Уменьшение уровня антикоагулянтов: курение может уменьшить уровень антикоагулянтов в крови, которые помогают предотвращать образование тромбов.
5. Повреждение сосудистой стенки: курение может повредить сосудистую стенку и способствовать образованию тромбов на поврежденном участке.

Инсульт - это нарушение кровообращения в головном мозге, вызванное либо окклюзией сосуда (инфарктный инсульт), либо кровоизлиянием в мозг (геморагический инсульт). Кровоизлияние в мозг происходит, когда кровь вытекает из поврежденного сосуда и накапливается в мозговой ткани, вызывая повреждения и нарушения функций.

Инсульт может привести к различным последствиям, включая паралич, нарушения речи, потерю памяти и проблемы с координацией движений. Часто инсульт становится причиной инвалидности и смерти. Наиболее распространенными факторами риска для развития инсульта являются высокое кровяное давление, курение, диабет, высокий уровень холестерина в крови и фибрилляция предсердий.



Курение является одним из главных факторов риска для развития инсульта. Механизмы, по которым курение способствует развитию инсульта, связаны с тем, что никотин и другие вещества, содержащиеся в табаке, увеличивают риск тромбоза (образования сгустков крови в сосудах). Кроме того, курение ухудшает качество сосудистой стенки, делая ее более подверженной к повреждениям, что также способствует развитию тромбоза.

Кроме того, курение повышает уровень окислительного стресса в организме, что приводит к повреждению стенок сосудов и увеличивает риск развития атеросклероза (отложения жировых бляшек внутри сосудов), который также является фактором риска для развития инсульта.

Прекращение курения является эффективным способом снижения риска развития тромбоза и инсульта. Исследования показывают, что уже через несколько лет после прекращения курения, риск развития сердечно-сосудистых заболеваний и инсульта уменьшается на значительный процент. Кроме того, прекращение курения также может снизить риск образования тромбов и улучшить общее состояние кровеносной системы. Важно отметить, что чем раньше человек прекратит курить, тем больше пользы он получит для своего здоровья.

Существует несколько методов предотвращения развития тромбоза и инсульта:

- Оставаться физически активным: регулярные упражнения и активный образ жизни помогают улучшить кровообращение и снизить риск тромбоза и инсульта.
- Соблюдать здоровый образ жизни: важно контролировать уровень холестерина в крови, поддерживать здоровый вес и соблюдать правильное питание.

- Перестать курить: курение является одним из основных факторов риска для развития тромбоза и инсульта, поэтому прекращение курения является важным шагом для предотвращения этих заболеваний.
- Принимать меры по контролю артериального давления: высокое артериальное давление может увеличить риск развития инсульта.
- Контролировать уровень сахара в крови: диабет является одним из факторов риска для развития инсульта.
- Регулярно проходить медицинские обследования: регулярный контроль состояния здоровья может помочь выявить факторы риска и предотвратить развитие тромбоза и инсульта.

Изменение образа жизни и прием лекарственных препаратов могут значительно снизить риск развития тромбоза и инсульта. Важными методами профилактики являются:

- Прекращение курения и ограничение потребления алкоголя. Курение и употребление алкоголя увеличивают риск развития тромбоза и инсульта.
- Снижение уровня холестерина и контроль артериального давления. Высокий уровень холестерина и повышенное артериальное давление могут привести к образованию тромбов и повышению риска инсульта.
- Регулярные физические упражнения. Регулярные физические нагрузки могут помочь контролировать вес, улучшить общее здоровье сердечно-сосудистой системы и снизить риск развития тромбоза и инсульта.

- Умеренное потребление аспирина. Прием аспирина может снизить риск тромбоза и инсульта, но принимать его следует только по рекомендации врача.

В заключение можно отметить, что курение является одним из основных факторов риска развития сердечно-сосудистых заболеваний, включая тромбоз и инсульт. Оно увеличивает риск образования тромбов в кровеносных сосудах, а также повреждает сосудистую стенку и приводит к нарушению кровотока. Чтобы снизить риск развития этих заболеваний, необходимо принять меры, такие как прекращение курения, снижение уровня холестерина в крови, увеличение физической активности и снижение уровня стресса. Эти меры могут помочь улучшить состояние кровеносной системы и снизить риск сердечно-сосудистых заболеваний. Кроме того, важно проводить регулярные медицинские осмотры и следить за своим здоровьем, чтобы своевременно выявлять и лечить любые заболевания

Литература

1. Benjamin EJ, Virani SS, Callaway CW, et al. Heart Disease and Stroke Statistics-2018
2. U.S. Department of Health and Human Services. The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General.

3. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Office on Smoking and Health, 2014.
4. MedlinePlus, "Thrombosis"
5. Heiss, G., & Sharrett, A. R. (2007). Tobacco: a global threat. *Circulation*, 115(20), 2671-2673.
Ambrose, J. A., & Barua, R. S. (2004). The pathophysiology of cigarette smoking and cardiovascular disease: an update. *Journal of the American College of Cardiology*, 43(10), 1731-1737.
6. Benowitz, N. L. (2008). Cigarette smoking and cardiovascular disease: pathophysiology and implications for treatment. *Progress in cardiovascular diseases*, 50(6), 524-531
7. Sacco, R. L., Kasner, S. E., Broderick, J. P., Caplan, L. R., Connors, J. J., Culebras, A., ... & Adams Jr, H. P. (2013).
8. An updated definition of stroke for the 21st century: a statement for healthcare professionals from the American Heart Association/American Stroke Association. *Stroke*, 44(7), 2064-2089
9. Benjamin, E. J., Blaha, M. J., Chiuve, S. E., Cushman, M., Das, S. R., Deo, R., ... & Muntner, P. (2017).
10. Heart disease and stroke statistics-2017 update: a report from the American Heart Association. *Circulation*, 135(10), e146-e603.
11. Ovbiagele, B., & Nguyen-Huynh, M. N. (2011). Stroke epidemiology: advancing our understanding of disease mechanism and therapy. *Neurotherapeutics*, 8(3), 319-329
12. US Department of Health and Human Services. (2020). Smoking and Cardiovascular Disease. Retrieved from <https://www.hhs.gov/.../smoking-and-cardiovascular-disease/...>
13. Benjamin, E. J., Muntner, P., Alonso, A., Bittencourt, M. S., Callaway, C. W., Carson, A. P., ... & Virani, S. S. (2019). Heart disease and stroke statistics—2019 update: a report from the American Heart Association. *Circulation*, 139(10), e56-e528
14. American Heart Association. (2017). Prevention and Treatment of Stroke. Retrieved from <https://www.heart.org/en/health-topics/stroke/prevention-and-treatment-of-stroke>
15. National Heart, Lung, and Blood Institute. (2019). How to Prevent and Control Coronary Heart Disease Risk Factors. Retrieved from <https://www.nhlbi.nih.gov/.../how-to-prevent-and-control>
16. Preventing Stroke: Healthy Living Habits. Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/stroke/prevention.htm>
17. How to Prevent Blood Clots. American Heart Association. <https://www.heart.org/en/health-topics/blood-clots/how-to-prevent-blood-clots>
18. Centers for Disease Control and Prevention. (2019). Preventing Stroke: What You Can Do. Retrieved from <https://www.cdc.gov/stroke/.../preventing-stroke.htm>