



Каждый в своей жизни, хотя бы раз, слышал про тромбы. Зачастую мы слышим о них, как о причине смерти. Но что такое тромбы? Так ли они опасны? И почему появляются в организме? Попробуем разобраться в этом материале.

Начать, наверное, стоит с кровеносной системы, в которой тромбы и могут образовываться. Кровеносная система – это связующее звено всех систем в организме. Благодаря крови, все органы могут общаться между собой, происходит перенос кислорода и питательных веществ к органам человека – человеческий организм может функционировать слажено. Для того, чтобы все необходимые вещества доставлялись до каждой клетки организма, крови необходимо достигнуть определенной консистенции. Поддерживают эту консистенцию определенные системы гемостаза – свертывающая, противосвертывающая и фибринолитическая. Противосвертывающая система действует в крови, благодаря особым веществам – антикоагулянтам. Из-за этих веществ кровь остается жидкой и может обеспечивать нормальный обмен веществ в организме. Свертывающая система нужна для того, чтобы при повреждении стенок сосудов образовался защитный механизм, который не позволит жидкой крови вытечь наружу. Вот этот механизм и позволяет образовываться тромбам. Поэтому в самом понятии «тромб» нет ничего страшного, они появляются у каждого из нас при царапинах или ранах. Если бы тромбы не образовывались, кровь бы не смогла остановиться. Однако когда процессы регенерации тканей заканчиваются, тромб должен рассосаться, для этого и нужна фибринолитическая система, которая как раз и отвечает за процессы растворения образовавшихся тромбов.

Но свертывающая система работает всегда, когда есть риск какого-либо изменения в целостности сосудов. Однако, бывают такие патологии, которые «обманывают» системы гемостаза, из-за чего может образоваться тромб не в том месте, где он необходим для

остановки крови, а в том, где его появление будет опасным для жизни.

Тромбы могут появляться в организме из-за:

- нарушения целостности стенок сосудов,
- увеличения вязкости крови,
- нарушения тока крови.

Из-за этих причин тромбы могут возникнуть в любой части тела и в любых органах, в том числе и сердце. Патологическое образование тромбов называется тромбозом. Он может возникать из-за воспалительных процессов, васкулита, атеросклероза, хирургических вмешательств, злокачественных новообразований. При аутоиммунных заболеваниях, опухолях кроветворной системы изменяется слаженность работы систем гемостаза, что, также, провоцирует образование тромбов.

Риск образования тромбов повышается при приеме контрацептивов, курении, злоупотреблении алкоголем, кофе и малоподвижном образе жизни, а также при частых авиаперелетах.

Тромбоз можно вылечить, главное вовремя понять, что у вас появился риск образования тромба. Так как тромбы могут образовываться в разных органах и разных сосудах, то и симптомы могут быть абсолютно разные.

При образовании тромба в артерии:

- сердечная боль – тромб в сердце, инфаркт;
- невралгические нарушения – инсульт;
- изменения цвета конечности, боль, онемение;
- болезненные ощущения в животе, запор.

При образовании тромба в венах:

- боль, покраснение, отек ног;
- болезненные ощущения в животе, симптомы панкреатита;
- болезненные ощущения в области шеи, нарушение зрения.

Наиболее опасным для жизни человека является отрыв тромба. Обычно это происходит в сердце, в венах ног. Это происходит потому, что в этих органах высокая скорость перемещения крови и там тромб может свободно перемещаться по сосудам. Однако, врачи до сих пор не выявили причины отрывания тромбов. Поэтому, для того, чтобы этого не случилось, необходимо заниматься профилактикой. Необходимо правильно питаться, вести подвижный образ жизни и следить за нормальной вязкостью крови. В этом вам поможет врач.

В рационе должны присутствовать **фрукты, овощи, рыба и зелень**. Вязкость крови понижают вишня, зеленый чай и свекла.

Занятия спортом также понижают риск образования тромбов

. В общем, все эти правила достаточно просты, однако выполняя их, вы сможете свести к минимуму риски возникновения тромбов в вашем организме и прожить долгую и здоровую жизнь.

Сайт "Здоровая Россия"