

### ВИЧ и сердечно-сосудистые заболевания

Сердечно-сосудистые заболевания представляют недомогания, которые поражают сердце, вены и артерии. Кроме того, ВИЧ-инфицированные более подвержены этим болезням, так как риск усиливает сама инфекция и постоянное употребление определенных антиретровирусных препаратов.

#### Сердечно-сосудистые заболевания

Сердечно-сосудистые заболевания - это первая причина смерти в целом мире среди общего населения. По данным Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ):

- Коронарная кардиопатия: заболевание кровеносных сосудов, которые омывают сердечный мускул (миокард).
- Заболевания сосудов мозга: болезни кровяных сосудов, которые омывают мозг.
- Периферические артериопатии: болезни кровяных сосудов, которые омывают внутренние и внешние органы.
- Ревматическая кардиопатия: повреждения миокарда и сердечных клапанов, вызванных ревматической лихорадкой, болезнью, вызываемой бактериями, называемыми стрептококк (*estreptococos*).
- Врожденные кардиопатии: пороки сердца с рождения.
- Глубокий венозный тромбоз (*Las trombosis venosas*) и закупорки легких: тромбы в венах ног, которые могут распалиться и оставаться в сосудах сердца и легких.
- Сердечные приступы и мозговые нарушения сосудов (AVC): обычно это острые воспаления, которые возникают, прежде всего, в результате закупорок, которые не позволяют крови течь в сердце или мозг. Самая распространенная причина - это аккумуляция жира на стенках кровяных сосудов, которые омывают сердце и мозг. AVC также могут быть вызваны кровоизлияниями в мозг и тромбами в крови.

#### Причины сердечно-сосудистых заболеваний

Сама инфекция ВИЧ может вызвать воспаления, которые увеличивают риск сердечно-сосудистых заболеваний. Лечение антиретровирусными препаратами может вызвать повышенное содержание жира в крови (холестерина и триглицеридов; смотрите InfoVIHtal # 16: 'Холестерин'). Это может вызвать закупорку и затвердение артерий (атеросклероз) и увеличить риск сердечно-сосудистых заболеваний. Не все антиретровирусные препараты имеют эти побочные эффекты. Ваш врач ВИЧ будет контролировать уровень жира в крови по вашим анализам крови, чтобы знать, если необходимо уменьшить дозу.

Недавно нашли связь между увеличением риска инфаркта миокарда и применением препаратов лопинавир (*lopinavir*) и индинавир (*indinavir*), из группы ингибиторов протеазы, и абакавир (*abacavir*) и дидосин (*didanosina*), из группы нуклеозидным ингибиторам обратной транскриптазы. Важно, чтобы ваш врач проанализировал факторы сердечно-сосудистого риска при назначении вам

некоторых из этих препаратов.

Однако важно помнить, что положительный эффект от лечения выше, чем возможные риски. Так, известно, что, кроме того, чтобы избежать разрушения иммунной системы и развития болезни, хорошо контролируемая антиретровирусная терапия, может уменьшить показатели хронического воспаления, которые проявляются во время инфекции ВИЧ, которую не лечили. Воспаление увеличивает риск сердечно-сосудистых заболеваний, так как увеличивается свертываемость крови.

#### Как уменьшить риск

В общем, хороший контроль факторов риска, осторожный выбор антиретровирусных препаратов, учитывающий характеристики и факторы риска каждого человека, поддержание здорового образа жизни, например сбалансированная диета и умеренная регулярная практика физических упражнений (Смотрите [InfoVIHtal # 54: Физические упражнения и ВИЧ 'Ejercicio físico y VIH'](#)), могут препятствовать риску сердечно-сосудистых заболеваний общепринятыми методами. Уже сам факт - быть старше 45 лет (у мужчин) и 55 (у женщин) - это факторы риска сердечно-сосудистого заболеваний. Другие факторы риска:

- Пол (мужчина имеет больший риск)
- Семейная история сердечно-сосудистых заболеваний
- Злоупотребление табаком
- Высокие уровни холестерина и/или триглицеридов
- Высокое артериальное давление, особенно диастолическое (нижнее)
- Повышенный уровень сахара в крови, отторжение инсулина или диабет
- Сидячий образ жизни

Различные исследования показывают, что практика физических упражнений способствует уменьшению уровня жира и глюкозы в крови. Кроме того, отказ от курения может существенно снизить риск артериального давления.

Существуют механизмы, которые позволяют подсчитать риск сердечно-сосудистых заболеваний. Если взять во внимание возраст, пол, уровни холестерина и триглицеридов и другие факторы риска, как курение, например, можно получить прогноз риск сердечно-сосудистых заболеваний от 5 до 10 лет. Люди с высоким риском сердечного заболевания, которые нуждаются в лечении анти-ВИЧ, могут воспользоваться новыми препаратами, которые имеют меньшую вероятность увеличить риск сердечно-сосудистых заболеваний, а также - получить поддержку, если он хотят поменять свой образ жизни.