Нездоровое питание

Влияние на органы кровообращения:

- избыток жиров и холестерина ухудшает работу сосудов и питание органов, в том числе и сердца.

Болезни:

- атеросклероз, гипертония, инфаркт миокарда, инсульт, стенокардия.

Курение

Влияние на органы кровообращения:

- никотин вызывает спазм сосудов, и ткани организма получают мало питательных веществ и кислорода. Сердце работает с большим напряжением.

Болезни:

- эндартериит, тромбофлебит, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда и др.

Употребление алкоголя

Влияние на органы кровообращения:

- алкоголь разрушает клетки сердечной мышцы, они теряют эластичность, коронарные сосуды поражаются атеросклерозом и сердце работает на пределе возможностей.

Болезни:

- ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда.

Стресс

Влияние на органы кровообращения:

- возрастают частота пульса, артериальное давление, скорость кровотока, повышается температура тела.

Болезни:

- гипертония, инфаркт миокарда стенокардия, инсульт.

Гиподинамия

Влияние на органы кровообращения:

- недостаток движения оказывается причиной нарушений в деятельности сердца, ухудшает циркуляцию крови и лимфы. Сердце не готово к нагрузкам.

Болезни:

- атеросклероз, стенокардия.