

# Blood Vessel Disease

Blood vessel disease is also called peripheral vascular disease or artery disease. It is the narrowing of the blood vessels in the abdomen, legs and arms. Blood vessel disease is caused by a build-up of fatty deposits called plaque that narrows blood vessels. When the blood vessels narrow, less oxygen-rich blood gets to your body parts. This can cause tissue and cell death. Blood vessel disease is the leading cause of amputations.

## Signs of Blood Vessel Disease in the Abdomen, Legs and Arms

- Muscle pain, aches or cramps
- Cool, pale skin, cold hands and feet
- Reddish-blue color of the skin and nails of the hands and feet
- A sore that takes a long time to heal or when scabbed over, looks black
- Loss of hair on legs, feet or toes
- Faint or no pulse in the legs or feet
- Pain with exercise that goes away when you rest

If you have any of the signs, call your doctor to get checked.

## Risk Factors

You are at higher risk for blood vessel disease if you:

- Smoke
- Have diabetes
- Are over the age of 45
- Have high cholesterol
- Have high blood pressure

# Заболевание кровеносных сосудов

Заболевание кровеносных сосудов называется также заболеванием периферических сосудов или заболеванием артериальных сосудов. Заболевание вызывает сужение кровеносных сосудов на животе, ногах и руках. Заболевание кровеносных сосудов вызывается накоплением жировых отложений, которые называются бляшками и которые сужают сосуды. Когда кровеносные сосуды сужаются, части тела получают меньшее количество крови, богатой кислородом. Это может вызвать отмирание тканей и клеток. Заболевание кровеносных сосудов является основной причиной ампутаций.

## Симптомы заболевания кровеносных сосудов на животе, ногах и руках

- Боль или спазмы мышц
- Прохладная бледная кожа, холодные ладони или стопы ног
- Красновато-синий цвет кожи и ногтей на руках и ногах
- Долго незаживающие язвы или язвы, образующие струпья черного цвета при заживании
- Потеря волос на ногах или пальцах ног
- Слабый пульс или его отсутствие на ногах
- Боль во время физической нагрузки, проходящая во время отдыха

Если Вы обнаружили у себя какой-либо из данных симптомов, свяжитесь с доктором для прохождения обследования.

## Факторы риска

У Вас повышенный риск возникновения заболевания кровеносных сосудов если:

- Вы курите
- У Вас диабет
- Вы старше 45 лет
- У Вас высокий уровень холестерина
- У Вас высокое кровяное давление

- Have a family member with heart or blood vessel disease
- Are overweight
- Are inactive

## **Your Care**

Blood vessel disease may be prevented or slowed down with healthy choices.

- Have your blood pressure checked.
- See your doctor each year.
- Do not smoke or use tobacco.
- Exercise each day.
- Eat a diet low in fat and high in fiber.
- Manage your stress.

Your care may also include medicine and surgery.

**Talk to your doctor about your treatment options.**

- У кого-то из членов Вашей семьи сердечно-сосудистое заболевание
- У Вас избыточный вес
- Вы ведете пассивный образ жизни

## **Профилактика и лечение**

Заболевание кровеносных сосудов может быть предотвращено или замедлено с помощью здорового образа жизни.

- Проверяйте кровяное давление.
- Раз в год посещайте врача.
- Не курите и не употребляйте табак.
- Каждый день делайте зарядку.
- Ваша диета должна содержать мало жира и много клетчатки.
- Контролируйте уровень стресса.

Лечение может включать также прием лекарств или хирургическое вмешательство.

**Проконсультируйтесь со своим врачом о вариантах лечения.**

© Copyright 2005 – 1/2010 Health Information Translations All Rights Reserved

Unless otherwise stated, user may print or download information from [www.healthinfotranslations.org](http://www.healthinfotranslations.org) for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Blood Vessel Disease. Russian