

# 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

# Захворювання кровоносних судин

Захворювання кровоносних судин називається також захворюванням периферичних судин або захворюванням артеріальних судин. Це звуження кровоносних судин на животі, ногах і руках. Захворювання кровоносних судин спричиняються накопиченням жирових відкладень, що звужують кровоносні судини, які називаються бляшками. Коли кровоносні судини звужуються, частини Вашого тіла отримують меншу кількість багатой киснем крові. Це може спричинити відмирання тканин і клітин. Захворювання кровоносних судин є основною причиною ампутацій.

## **Симптоми захворювання кровоносних судин на животі, ногах і руках.**

- Біль або спазми м'язів
- Прохолодна бліда шкіра, холодні долоні або стопи ніг
- Червоно-синій колір шкіри та нігтів на руках і ногах
- Виразки, які довго не заживають, або струпи на виразці чорного кольору
- Втрата волосся на ногах, ступнях або пальцях ніг
- Слабкий пульс або його відсутність на ногах або ступнях
- Біль, що виникає під час тренування та зникає під час відпочинку

Якщо у Вас спостерігається будь-яка з цих ознак, зателефонуйте своєму лікарю й запишіться на обстеження.

## **Фактори ризику**

У Вас підвищений ризик виникнення захворювання кровоносних судин, якщо Ви:

- Палите
- У Вас діабет
- Ваш вік перевищує 45 років
- У Вас високий рівень холестерину
- У Вас високий кров'яний тиск

- 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.**

- Хтось із Ваших рідних хворіє на серцево-судинне захворювання.
- У Вас надмірна вага.
- Ви ведете малоактивний спосіб життя.

### **Медичний догляд**

Можна запобігти або уповільнити захворювання кровоносних судин за допомогою здорового способу життя.

- Перевіряйте кров'яний тиск.
- Раз на рік відвідуйте лікаря.
- Не паліть і не вживайте тютюну.
- Щоденно виконуйте зарядку.
- Ваша дієта має складатися із продуктів з низьким вмістом жиру, багатих на клітковину.
- Регулюйте своє навантаження.

Догляд за Вами може також включати приймання ліків або хірургічне втручання.

**Проконсультуйтеся зі своїм лікарем щодо Ваших варіантів лікування.**

© 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. Ukrainian