

## Это - информация о:

**Nitrolingual®**  
Pumpspray  
(nitroglycerin lingual spray)  
0.4 mg nitroglycerin per spray  
[www.nitrolingual.com](http://www.nitrolingual.com)



Показано не в натуральную величину

Просим Вас сообщать FDA [Управлению США по контролю за пищевыми продуктами и лекарственными препаратами] об отрицательных побочных действиях лекарств, отпускаемых по рецепту. Посетите вебсайт [www.FDA.gov/medwatch](http://www.FDA.gov/medwatch) или позвоните по телефону 1-800-FDA-1088.

Спросите Вашего медработника, подходит ли Nitrolingual для Вас.

Прочитайте, пожалуйста, инструкцию-вкладыш по применению этого препарата.

## Что такое стенокардия?<sup>3</sup>

Стенокардия – это боль или беспокойство в груди из-за того, что ваша сердечная мышца не получает достаточного количества богатой кислородом крови.

Стенокардия может ощущаться как давление или сжатие в груди. Боль также может появиться в плечах, руках, шее, челюсти или спине. Боль при стенокардии может даже ощущаться как расстройство пищеварения. Стенокардия - не болезнь: это симптом сопутствующей болезни сердца. Обычно стенокардия – симптом ишемической болезни сердца (ИБС).

ИБС – распространенный тип болезни сердца у взрослых. Она появляется, когда восковидное вещество, которое называется бляшки, образуются на внутренних стенках коронарных артерий. Эти артерии несут в сердце богатую кислородом кровь.

## Типы стенокардии

**Стабильная стенокардия** наиболее распространенный тип стенокардии. Она появляется, когда сердце работает тяжелее, чем обычно. Стабильная стенокардия имеет регулярный характер. («Характер» относится к тому, как часто стенокардия появляется, насколько она серьезна и какие факторы ее вызывают).

Если у Вас стабильная стенокардия, Вы можете определить ее характер и предсказывать, когда появится боль. Эта боль обычно проходит через несколько минут после того, как вы находитесь в состоянии покоя или примете лекарство от стенокардии.

**Нестабильная стенокардия** не имеет определенного характера. Она может появляться чаще и быть более серьезной, чем стабильная стенокардия.

Нестабильная стенокардия может иметь место при физическом напряжении или без него, а покой или лекарство могут не приводить к облегчению боли. Нестабильная стенокардия очень опасна и требует неотложного лечения. Этот тип стенокардии – признак того, что вскоре возможен сердечный приступ.

## Что Вас сдерживает?

Препятствия	Примеры решений
Время	Сделайте активность Вашим приоритетом. Найдите свободное время утром или вечером.
Нетрудоспособность	Посоветуйтесь с Вашим врачом или медсестрой и узнайте, с каких видов деятельности Вам лучше всего начать.
Доступ к центру реабилитации сердечных больных	Гуляйте с собакой в Вашем районе. Найдите альтернативы традиционным физическим упражнениям.
Нет партнера для этого	Присоединитесь к местному центру реабилитации при болезнях сердца.
Отсутствие мотивации	Выберите тот вид деятельности, который вам нравится. Найдите партнера для этого.
Боязнь	Начните медленно, и постепенно увеличивайте Ваш уровень уверенности и физической подготовленности.

### Ссылки:

1. Кливленд-клиника. Болезни и состояния. Рекомендации по применению: [http://my.clevelandclinic.org/disorders/heart\\_failure/hic\\_heart\\_failure\\_exerciseactivity\\_guidelines.aspx](http://my.clevelandclinic.org/disorders/heart_failure/hic_heart_failure_exerciseactivity_guidelines.aspx); прочитано 10/10/11.
2. Franklin BA et al. Cardiac rehabilitation and secondary prevention of coronary heart disease. Франклин Б.А. и др. «Реабилитация кардиологических больных и вторичная профилактика ишемической болезни сердца». Американская кардиологическая ассоциация. Научное заявление Совета клинической кардиологии и Совета по вопросам питания, физической активности и обмена веществ совместно с Американской ассоциацией сердечно-сосудистой и легочной реабилитации. Тираж. 2005. 111:369-376.
3. Национальный институт сердца, легких и крови. Вопросы охраны здоровья. Стенокардия: <http://www.nhlbi.nih.gov/health/heart-topics/topics/angina/>; прочитано 10/10/11.
4. Информация находится в деле компании Espero Pharmaceuticals.
5. Wittig T, Beuscher N, et al. Increased physical performance following administration of glycerol trinitrate in spray form. Виттиг Т., Бушер Н. и др. «Повышение физической работоспособности после приема тринитроглицерина в форме аэрозоля». *Fortschritte der Medizin*. 1999; 117 (III): 109-113
6. Рекомендации 2008 года для американцев относительно физической активности. Министерство здравоохранения и социальных услуг США, [www.health.gov/paguidelines](http://www.health.gov/paguidelines); прочитано 10/10/11.
7. Всемирная федерация кардиологии и Ассоциация медицинских сестер в области профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Сидней Ц. Смит мл. и др. АНА/ACCF secondary prevention and risk reduction therapy for patients with coronary and other atherosclerotic vascular disease. «Американская кардиологическая ассоциация и Фонд Американского кардиологического общества: Вторичная профилактика и терапия, направленная на снижение риска, для больных с ишемической и другими атеросклеротическими сосудистыми заболеваниями», обновленная редакция 2001 года. Рекомендации Американской кардиологической ассоциации и Фонда Американского кардиологического общества. *J. Am. Coll. Cardiol.* Опубликовано онлайн 3 ноября 2011 г.; doi: 10.1016/j.jacc.2011.10.824

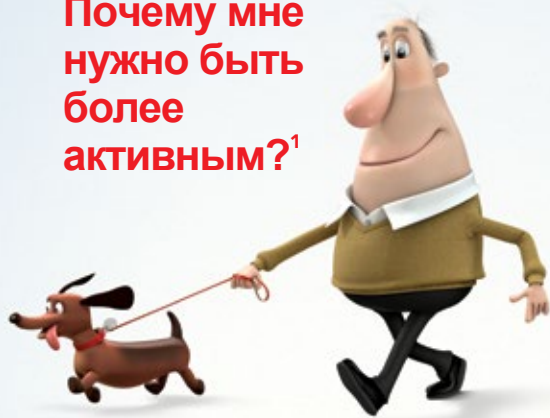
© 2016 Espero Pharmaceuticals, Inc. Все права защищены.

Приведенные ниже товарные знаки – это или зарегистрированные товарные знаки, или товарные знаки компании Pohl-Boskamp в Соединенных Штатах и/или других странах; словесный знак Pohl-Boskamp; логотип Pohl-Boskamp; словесный знак Nitrolingual; ароматизатор нитроглицерина с привкусом мятного масла; нитроглицерин с запахом мятного масла; формы Nitrolingual Pumpspray; цвета Nitrolingual Pumpspray; звук Nitrolingual Pumpspray. Компания Espero Pharmaceuticals использует Nitrolingual по лицензии от G. Pohl-Boskamp GmbH & Co., KG. NL076.002

При стенокардии  
продолжайте  
быть активным!

Ресурс для пациентов

## Почему мне нужно быть более активным?<sup>1</sup>



Регулярные физические упражнения приносят много пользы. Физические упражнения, особенно аэробные упражнения, могут:

- Укрепить Ваше сердце и сердечно-сосудистую систему
- Уменьшить такие факторы риска сердечных заболеваний, как высокое кровяное давление и избыточный вес
- Улучшить кровообращение и помочь организму лучше использовать кислород
- Помочь уменьшить стресс, напряжение, тревогу и депрессию
- Улучшить сон
- Помочь быть в хорошей форме и чувствовать себя здоровым

## Влияние основанной на физических упражнениях реабилитации больных сердцем на коэффициент смертности<sup>2</sup>

### Коэффициент смертности

СМЕРТНОСТЬ ОТ ВСЕХ ПРИЧИН ↓ 20% P=0,005

СМЕРТНОСТЬ, СВЯЗАННАЯ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ СЕРДЦА ↓ 26% P=0,002

Процентное различие между людьми, тренированными в физических упражнениях, и контрольной группой, получавшей обычный уход, основано на метаанализе 48 рандомизированных исследований 8940 пациентов

## Бойтесь начинать? Вы не одни.

- 74% процента пациентов боятся делать физические упражнения после того, как у них было кардиальное событие<sup>4</sup>
- 85% пациентов делали бы физические упражнения, если бы они знали, что перед этим можно использовать как профилактическую меру их лекарство от стенокардии.<sup>4</sup>



**Nitrolingual® Pumpspray** (лингвальный нитроглицериновый аэрозоль) повышает переносимость физических упражнений пациентом и помогает при острых симптомах стенокардии.<sup>5</sup>

В исследованиях пациентов, у которых ранее было кардиальное событие (n=51), прием 0,4 мг Nitrolingual Pumpspray:

- Увеличил время до наступления стенокардии по сравнению с плацебо аэрозодем
- Увеличил максимальную длительность выполнения физических упражнений по сравнению с плацебо аэрозодем

### Показания и применение:

Nitrolingual® Pumpspray показан для срочного облегчения приступа или для профилактики стенокардии, вызванной ишемической болезнью сердца.

### **+** Важная информация о мерах по обеспечению безопасности

Nitrolingual Pumpspray не следует применять, если Вы аллергичны к нитроглицерину или если Вы принимаете лекарства от эректильной дисфункции, например, силденафил, варденафил и тадалафил. Применение Nitrolingual Pumpspray с этими лекарствами может привести к низкому кровяному давлению, что известно как гипотония, из-за расширения кровеносных сосудов.

Принимать нитроглицерин в первые дни после сердечного приступа нужно осторожно, потому что он может обострить стенокардию, вызванную состоянием, называемым гипертрофической кардиомиопатией. Возможна усиленная гипотония, особенно в положении стоя, даже при малых дозах нитроглицерина, и результатом может быть замедленная частота сердечных сокращений и усиление стенокардии. Его нужно применять осторожно, если Вы обезвожены из-за лекарственного лечения или если у Вас низкое кровяное давление.

У Вас может развиться толерантность к этому лекарству или к другим нитратам и нитритами.

Наиболее часто сообщаемое побочное действие – головная боль, которая может быть сильной и стойкой. Другие побочные действия, о которых, возможно, сообщалось, – головная боль, головокружение или онемение и покалывание в коже.

Прочитайте, пожалуйста, инструкцию-вкладыш по применению этого препарата.

## Небольшая физическая активность лучше, чем ничего.<sup>6</sup>

Для большинства результатов лечения дополнительную пользу приносит увеличение физической активности за счет более высокой интенсивности, большей частоты и/или большей продолжительности.



## При выборе физической активности ответьте на следующие вопросы<sup>1</sup>

- Какие виды физической активности мне нравятся?
- Предпочитаю ли я индивидуальную или групповую деятельность?
- Какие программы лучше всего подходят к моему распорядку?
- Ограничен ли выбор физических упражнений из-за моего физического состояния?
- Какие цели я себе ставлю? (Например, потерять вес, иметь более сильные мышцы или увеличить гибкость)

## Какой тип физической активности лучше всего для Вас?

Есть три основных типа физических упражнений:<sup>1</sup>

- Растягивающие
- Сердечно-сосудистые, или аэробные
- Силовые

Как часто мне нужно делать физические упражнения?

30-60 минут, 5-7 раз в неделю<sup>7</sup>

Прежде чем начать физическую активность, посоветуйтесь с Вашим врачом, чтобы гарантировать, что это безопасно и подходит для Вашего состояния на основании оценки риска.

## Примеры аэробных и силовых физических упражнений для пожилых людей<sup>6</sup>

### Аэробные упражнения

- Ходьба
- Танцы
- Плавание
- Водная аэробика
- Езда на велосипеде
- Некоторые виды садоводства
- Теннис
- Гольф

### Силовые упражнения

- Упражнения с использованием экспандеров, тренажеров и ручных грузов
- Вольные упражнения
- Копание, подъем и перенос тяжестей в процессе занятий садоводством
- Доставка продовольственных товаров пешком