

# 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. When the blood vessels narrow, less oxygen-rich blood gets to your body parts. This can cause tissue and cell death or gangrene. Blood vessel disease is the leading cause of amputations. Blood vessel disease is caused by a build-up of fatty deposits called plaque. Some of the blood vessels or blood clots can cause other problems.

## 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

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

# Захворювання кровоносних судин

Захворювання кровоносних судин називається також захворюванням периферичних судин або захворюванням артеріальних судин. Це звуження кровоносних судин на животі, ногах і руках. Коли кровоносні судини звужуються, частини Вашого тіла отримують меншу кількість крові, багаті киснем. Це може спричинити відмирання тканин і клітин або гангрену. Захворювання кровоносних судин є основною причиною ампутацій. Захворювання кровоносних судин викликається накопиченням жиркових відкладень, які називаються бляшками. Деякі кровоносні судини або згустки крові можуть стати причиною інших проблем.

## **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

## **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
- У когось з членів Вашої родини є серцево-судинне захворювання
- У Вас надмірна вага
- Ви ведете малоактивний спосіб життя

## **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.**

## **Медичний догляд за Вами**

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.
- Щодня робіть зарядку.
- Ваша дієта повинна містити мало жиру і багато клітковини.
- Регулюйте своє навантаження.

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

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

Blood Vessel Disease. Ukrainian.

6/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).