PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	**Al Sharq Al Awsat**
DATE:	**20-June-2015**
COUNTRY:	**Egypt**
CIRCULATION:	**200,000**
TITLE :	**Headaches and Hypertension**
PAGE:	**19**
ARTICLE TYPE:	**General Health News**
REPORTER:	**Hassan Mohamed Sonqi**

VANTAGE COMMUNICATIONS

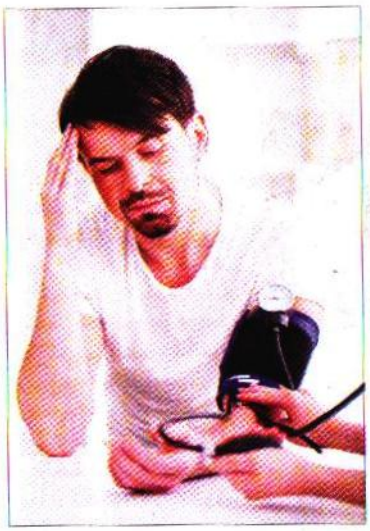
BAYER

PRESS CLIPPING SHEET

استشارات

الرياض: د. حسن محمد صندقجي

الصداع وارتفاع ضغط الدم



● ما أعراض ارتفاع ضغط الدم؟

ناصر س. - الرياض.

- هذا ملخص الأسئلة الواردة في رسالتك حول ارتفاع ضغط الدم وما يُذكر عن الأعراض التي قد تظهر على الشخص وتشير إلى احتمال وجود حالة ارتفاع ضغط الدم لديه، وهو سؤال مهم يحتاج إلى توضيح وافٍ.

بداية، لاحظ معي أن هناك عدة معلومات غير صحيحة لدى كثير من الناس حول أعراض ارتفاع ضغط الدم أو الإصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم، مثل المعاناة من العصبية وزيادة التعرق وصعوبات في النوم واحمرار الوجه وغيرها من العلامات التي لو اعتمد الشخص عليها في ملاحظة ارتفاع ضغط الدم لأدى ذلك إلى إهمال إجراء قياس ضغط الدم للتأكد من سلامة مستوياته. بمعنى أن حصر كثيرين لأعراض ارتفاع ضغط الدم ضمن قائمة غير صحيحة يُؤدي إلى خسارة فرص كثيرة للاهتمام الجاد بالصحة لأن تشخيص ارتفاع ضغط الدم والبدء بمعالجته والوصول إلى المعدلات الطبيعية فيه يحمي صحة الإنسان من التأثيرات المباشرة لارتفاع ضغط الدم ويحمي من مضاعفات وتداعيات ارتفاع ضغط الدم.

وحول ما ذكرته عن الشعور بالصداع كعلامة لارتفاع ضغط الدم، تشير رابطة القلب الأميركية تحديدًا إلى أن الأدلة العلمية تؤكد أن ارتفاع ضغط الدم لا يُسبب الشعور بالصداع باستثناء أن يبلغ ضغط الدم مستويات فوق 180 مليمتر زئبق للضغط الانقباضي ومستويات أعلى من 110 للضغط الانبساطي. ومعلوم لديك أن ارتفاع ضغط الدم هو حالة عندما تكون القراءات فيها، أعلى من 140 لضغط الدم الانقباضي، وأعلى من 90 لضغط الدم الانبساطي. لذا فإن الاعتماد على الشعور بالصداع كعلامة لوجود ارتفاع ضغط الدم يحرم الذين لديهم قياسات ضغط دم فوق 140 وأقل من 180 من تشخيص الإصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم ومعالجته بطريقة سليمة ومفيدة، وهي فئة واسعة من مرضى ارتفاع ضغط الدم، وكذا الحال في ضغط الدم الانبساطي.

ليس هذا فحسب، بل تشير الرابطة إلى أن ثمة دراسات علمية لاحظت أن مرضى ارتفاع ضغط الدم يشكون من الصداع بمعدل أقل من شكوى عموم الناس الأصحاء من الصداع. وذكرت إحدى تلك الدراسات المنشورة في مجلة طب الأعصاب والتي أفادت بأن الأشخاص الذين لديهم ارتفاع في ضغط الدم الانقباضي هم أقل إصابة بالصداع بنسبة 40 في المائة مقارنة مع الأشخاص الأصحاء الذين قراءات قياس ضغط الدم لديهم طبيعية. وبرر الباحثون ذلك أن الذين لديهم ارتفاع في ضغط الدم لديهم أيضا بالعموم أوعية دموية متصلبة وذات جدران غير مرنة، وكلما تدنت مرونة التوسع في الشرايين كلما تدنت حساسية استشعار الشبكة العصبية المغلفة للشرايين، ومن ثم نتيجة لهذا القصور في استشعار الشبكة العصبية فإن شعور المرء بالألم نتيجة الصداع يقل.

وعليه فإن الهيئات الطبية العالمية المعنية بمعالجة ارتفاع ضغط الدم لا تنظر إلى الشعور بالصداع كعلامة موثوقة تُستخدم في تقييم مرضى ارتفاع ضغط الدم. وكذا الحال مع نزيف الأنف، ذلك أن إحدى الدراسات الطبية التي تشير إليها رابطة القلب الأميركية لاحظت أن نحو 85 في المائة من مرضى ارتفاع ضغط الدم والذين استدعى ارتفاع ضغط الدم لديهم المعالجة الإسعافية في قسم الطوارئ بالمستشفى لم يكن لديهم نزيف في الأنف. هذا لفئة الذين لديهم ارتفاع عالٍ في ضغط الدم يتطلب معالجة مستعجلة وإسعافية، والنسبة أعلى بين عموم مرضى ارتفاع ضغط الدم والذين تتم معالجتهم بصورة أكثر هدوءًا نظرًا لعدم وجود ارتفاع شديد في ضغط الدم لديهم.

ولاحظ معي أيضًا أن النصيحة الطبية لعموم البالغين الأصحاء، في عمر أعلى من 18 سنة، هي إجراء قياس ضغط الدم مرة كل سنتين على أقل تقدير.