

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Shorouq
DATE:	17-October-2015
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	280,000
TITLE :	Vitamin E and blood thinning
PAGE:	15
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

فيتامين E وسيلة الدم

أنا في الرابعة والأربعين من عمري، أحرص دائما على إجراء الكشف الدوري الذي يراه الطبيب الذي لم يظهر حتى الآن أي خلل في صحتي، عدا أن والدي قد توفاه الله في سن الأربعين، إشرأمة قلبية وأن والدتي تعاني من كل مشكلات السكر. أتناول قرصين من أسبرين الأطفال بعد الغداء يوميا وفقا للنصيحة الطبية، نظرا لتاريخ عائلي المرضي لكن أحد أصدقائي نصحتني بتناول قرص واحد من فيتامين E، وأكد أنه يقوم بمفعول الأسبرين إلى جانب كونه فيتامينا مهما وأن مصدره طبيب أمريكي مشهور. هل هذا صحيح وأي جرعة اختارها للوقاية من أمراض القلب؟
أحمد الزامل، المنصورة

أصاب طبيبك حينما طلب أن تواظب على جرعة بسيطة من الأسبرين، فالواقع أن ذلك يأتي وفقا لتوصيات جمعية أطباء القلب الأمريكية والأوروبية في برامج الوقائية من أمراض القلب والشرايين. بالنسبة لأسبرين أطفال أو Baby Aspirin تسمية تطلق على أصغر جرعة متاحة من الأسبرين ٧٥مجم من المادة الفعالة ولا علاقة له بالأطفال.

نعم لفيتامين E خصائص قد تماثل فعل الأسبرين وأثره على سيولة الدم لكن بطريقة مختلفة ونسبة أقل من الأثر. لذا لا يمكن استبدال الأسبرين بفيتامين E إذا كان الهدف هو الحفاظ على نسبة سيولة في الدم تقيه من تكوين الجلطات، سواء كان ذلك في شرايين القلب أو المخ.

لكن يمكن تناول جرعة من فيتامين E ٤٠٠ وحدة دولية يوميا مع الأسبرين أو لمن لا يتناولونه أيضا.

لكن الحذر واجب بداية عند تناول الأسبرين الذي يمكن أن يتسبب في قرحة المعدة أو نزيف الأمعاء. قد يصف الطبيب في تلك الأحوال أنواعا أخرى مغطاة بطبقة تحمي الأمعاء من أثر الأسبرين المباشر أو قد يمنعه تماما إذا ما أُنذر بخطر دائما ويستبدله بدواء آخر بديل.

يجب أيضا التأكد من غياب ارتفاع ضغط الدم العالي قبل بدء تناول الأسبرين، الأمر الذي ينسحب أيضا على فيتامين E.

استمر على الأسبرين متى كان آمنا في استعماله وإذا أردت أن تضيف فيتامين E فتناوله لفوائده الأخرى.