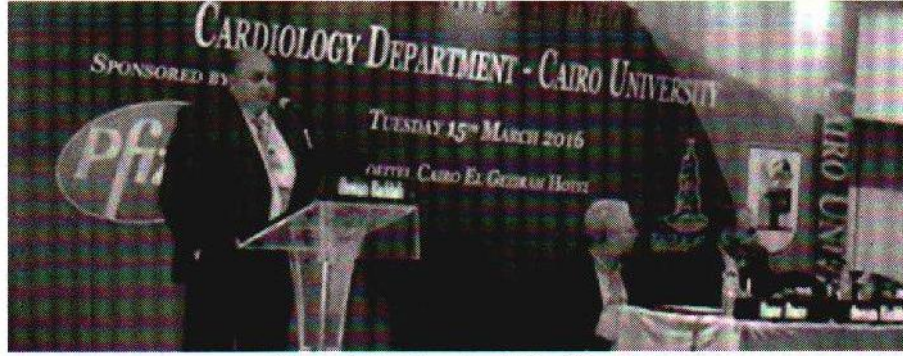


PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Wafd
DATE:	21-March-2016
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	600,000
TITLE :	Lifestyle management...the new strategy in the treatment of heart disease
PAGE:	12
ARTICLE TYPE:	NGO News
REPORTER:	Staff Report

PRESS CLIPPING SHEET



المؤتمر يناقش الأساليب الحديثة لعلاج أمراض القلب

د. حسام قنديل:

تنظيم المعيشة.. الاستراتيجية الجديدة في علاج أمراض القلب

مرتفعة مثل: الطعمية والبطاطس المحمرة، لافتاً إلى أن أغلب أنواع البطاطس المعبأة المقلية التي تباع بالأسواق مصنعة بزيت النخيل وهو أرداً أنواع الزيوت ومحرم في بعض الدول الغربية.

ومعدل الوفيات بسبب أمراض الشرايين قد انخفض بشكل واضح بسبب تطور العلاجات واستخدام الدعامات وتوفير القسطرة على مدى ٢٤ ساعة في بعض المراكز لإنقاذ حالات الجلطة الحادة، وتطور خدمات الرعاية المركزة إلا أن المرض نفسه انتشر بصورة كبيرة ويظهر في سن أصغر مع مرور الوقت بسبب ارتفاع نسبة الانتقال إلى الحضر، وهي أحد الأسباب المهمة للإصابة بأمراض القلب بسبب انخفاض الحركة في المدينة. وتناول الأغذية المحفوظة سابقة الإعداد ترفع من نسب الإصابة بأمراض الشرايين وفي العالم الغربي وأمريكا تزداد بصورة واضحة بعد سن ٦٠ عاماً، بينما في مصر تظهر في سن مبكرة تصل إلى الثلاثينيات من العمر وتزداد مع السن.

وأشار الدكتور هشام صلاح الدين أستاذ أمراض القلب والأوعية الدموية بجامعة القاهرة إلى أن أمراض القلب تمثل السبب الأول للوفاة في مصر كما في معظم دول العالم حيث إن حوالي ثلث حالات الوفيات سببها القصور الحاد في الشرايين التاجية والجلطات الدماغية.

وهناك عوامل متعددة تزيد من خطورة حدوث أمراض القلب من بينها ارتفاع ضغط الدم ونسبة الكوليسترول والدهون بالدم والتدخين والطعام غير الصحي وقلة ممارسة الرياضة.

وأضاف الدكتور هشام صلاح الدين أن الخطوط الإرشادية الأمريكية لعلاج ارتفاع الكوليسترول أظهرت أن هناك أربعة أنواع من المرضى يحتاجون لعلاج الكوليسترول باستخدام عقارات ستاتين منهم مرضى قصور الشرايين التاجية والسكتة الدماغية وتصلب الأوعية الطرفية والمرضى السكر والمرضى الذين يعانون ارتفاعاً شديداً في نسب الكوليسترول ومرضى الذين يعانون من ارتفاع متوسط في نسبة الكوليسترول مع وجود عوامل خطورة تجعلهم عرضة للوفاة خلال ١٠ سنوات قادمة ويستثنى من هؤلاء من لديه أسباب تمنعه من استخدام هذا العقار.

أكد الدكتور حسام قنديل، أستاذ ورئيس قسم أمراض القلب، أن الاستراتيجية الجديدة لعلاج أمراض القلب ترتبط بشكل لصيق بتنظيم المعيشة والخروج من إطار المعيشة في المساحات الضيقة في العاصمة بالقاهرة وفي الإسكندرية والاتجاه إلى المناطق المفتوحة، حيث المعيشة في مساحات واسعة لضمان صحة القلب في صحراء سيناء وسبوة والوادي الجديد، مشيراً إلى رغبته في أن تكون تلك هي سياسة الدولة الجديدة التي يتم تدعيمها بتقديم خدمات وحواجز مادية مدعمة ورفع الدعم تماماً خلال ٥ سنوات عن من يصرون على العيش في القاهرة لافتاً إلى أن هذا النظام مطبق في بعض العواصم العالمية ذات الكثافات المرتفعة للسكان ومن بينها باريس وطوكيو.. جاء ذلك أمس خلال مؤتمر قسم القلب بجامعة القاهرة بحضور الخبير الدولي التشيكي المتخصص في أمراض الشرايين والكوليسترول مايكل فرايبليك.

ويعتمد علاج القلب في مصر على عدد من المراكز المتخصصة التابعة لوزارة الصحة والسكان وغالباً تعمل جميعها بالتبرعات والجهود الذاتية في أكثر الأحوال.

وأشار الدكتور حسام قنديل إلى أن الخطوط الإرشادية الجديدة أكدت عدم وضع حد أقصى لتناول الأغذية المحتوية على الكوليسترول، وهذا يعني أن الفكرة القديمة بأن تناول البيض يزيد من خطورة أمراض القلب والشرايين التاجية أصبح غير صحيح الآن وأن تناول بيضة واحدة يومياً لا يشكل خطورة على صحة الإنسان العادي وليس ممنوعاً لمرضى الشرايين التاجية، لافتاً إلى أن المرضى المصابين بالشرايين التاجية يجب أن يهتموا بتناول الأدوية المخفضة للدهون مثل مجموعة ستاتين بالجورعات المناسبة أكثر من الحرص على تناول غذاء خال تماماً من الكوليسترول، وبالتالي يمكنه تناول بيضة في اليوم مثل الإنسان الطبيعي بدون حدوث أي زيادة في المخاطر التي تصيب الشرايين التاجية، وهذا ينطبق على معظم الأغذية التي تحتوي على دهون مثل: اللحوم الحمراء والكبد والجبن.

وحذر الدكتور حسام قنديل من خطورة الأغذية المقلية وخصوصاً استخدام زيت النخيل نظراً لأنها تؤدي إلى تحور الدهون لنوع خطير يؤدي إلى تدمير جدران الشرايين وهي الدهون المشبعة التي تنتج عن قلي الطعام في درجات حرارة



PRESS CLIPPING SHEET