

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Bawaba
DATE:	13-February-2016
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	20,000
TITLE :	Heart attack causes, symptoms and prevention methods
PAGE:	13
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

مرض الموت المفاجئ

الأزمة القلبية أسبابها وأعراضها وكيفية الوقاية منها



التوقف عن التدخين يقلل من حدوث الأزمات القلبية بصورة كبيرة

عملية استبدال الشرايين التاجية عن طريق القلب المفتوح، وهي عمليات تجرى الآن في العديد من المراكز الطبية المنتشرة في مصر ونسبة نجاحها عالية جداً.

كيفية الوقاية من الأزمات القلبية

يقول دكتور يسرى السعيد: «يمكن تجنب حدوث مثل تلك الأزمات، بتجنب عوامل الخطورة، وممارسة الرياضة، وتقليل الوزن، وعدم الاستهانة بأى ألم بالصدر، واستشارة الطبيب المختص لعمل الفحوصات المطلوبة لبيان أى إصابة للشرايين التاجية في بدايتها وعلاجها».

وأضاف: «إن التوقف عن التدخين يقلل من حدوث الأزمات القلبية بصورة كبيرة، وننصح بالآكل الصحي المتكامل، والابتعاد عن الدهون، وإذا كان التوتر والشد العصبي هما سمة العصر فلا بد من البعد عنهما قدر الإمكان، والتخلي بالإيمان، والتقرب من الله لراحة قلوبنا وصفاء نفوسنا وسلامة أبداننا».

عوامل الخطورة

وتابع أستاذ جراحة القلب والصدر بطب بنها: «هناك عوامل تساعد على زيادة فرص الإصابة بالأزمات القلبية، وتشمل ارتفاع ضغط الدم، وارتفاع نسبة الدهون بالدم، والتدخين، وقلة النشاط الجسماني، والبدانة، وارتفاع نسبة السكر بالدم، ولابد من التحكم في هذه العوامل لتجنب حدوث مثل هذه الأزمات القلبية».

ماذا تفعل عند إصابتك بأزمة قلبية؟

يقول السعيد: «إذا كنت أصبت بأزمة قلبية سابقة، أو تعاني من أحد عوامل الخطورة فيجب أن تحتفظ بأقراص الإسبرين أو أقراص نيتروجلوسرين لوضعها تحت اللسان لاستعمالها عند الشعور بالألم الأزمة القلبية».

وقد يحتاج الأمر إلى عمل إنعاش للقلب في حالات توقف القلب المفاجئ، وهذا يتطلب تدليلاً خاصاً لمثل هذه المواقف، لإنقاذ الكثير من مرضى الأزمات القلبية.

وأضاف السعيد: «التدخل السريع والانتقال إلى أقرب مستشفى يساعدان على إنقاذ المريض بصورة كبيرة قبل تفاقم الحالة وتدهور عضلة القلب، ويتم فوراً نقل المريض للعناية المركزة، وعمل رسم القلب، والتدخل الفوري لإزالة الجلطة بالشرايين التاجية، باستخدام أدوية سيولة الدم، وضبط ضربات القلب.

وعمل جميع الفحوصات اللازمة لتشخيص الذبحة الصدرية أو جلطة القلب، وقد يستدعي الأمر عمل قسطرة للقلب، لرسم الشرايين التاجية، وبيان مدى الانسدادات الموجودة فيها، ووضع الدعائم اللازمة لضمان سريان الدم بسهولة إلى عضلة القلب، أما إذا كانت هذه الانسدادات في الشرايين لا يمكن علاجها بالدعامات، فيمكن عمل

تعتبر الأزمة القلبية من أخطر ما يهدد حياة الإنسان في العصر الحديث، ولكن ما أسباب الأزمة القلبية وعلاجها وطرق الوقاية منها، هذا ما سوف يوضحه لنا دكتور يسرى السعيد، أستاذ جراحة القلب والصدر بطب بنها.

أسباب الأزمة القلبية

بدية، يقول السعيد: «يعتبر انسداد الشرايين التاجية المغذية لعضلة القلب سواء كان انسداداً جزئياً أو كلياً هو أهم أسباب حدوث الأزمة القلبية، ويحدث ذلك لمرض الشرايين التاجية، وهو ما يعرف بالذبحة الصدرية وجلطة القلب، كما أن انقباض الشرايين التاجية، الذي قد يحدث لأشخاص ليس لديهم تاريخ مرضي للشرايين التاجية سبب آخر لحدوث مثل هذه الأزمات، كما أن الرخوة البطيئة أو الذبذبة البطيئة التي تؤدي إلى التوقف المفاجئ للقلب يمكن حدوثها في بعض الأحيان نتيجة اضطراب ضربات القلب وإهمالها».

أعراض الأزمة القلبية

يقول السعيد: «يعتبر الألم الشديد بالصدر، أبرز الأعراض للأزمة القلبية، ويشعر المريض بقبضة شديدة في منتصف الصدر، ويستمر هذا الألم الهيب لدقائق، وقد يمتد إلى الكتف اليسرى، أو الرقبة ويكون مصحوباً بغثيان وميل للقيء، وصعوبة في التنفس، وفقدان للتوازن، مع زيادة العرق، وتحدث الأزمة القلبية بصورة مفاجئة وحادة ودون مقدمات في معظم الأحيان».

وقد تظهر أعراض قبل بدايتها بأيام أو أسابيع مثل الآلام الخفيفة بالصدر التي تحدث عند كثير من الناس ويتجاهلونها، أو يعتبرونها آلاماً عادية، وسوف تزول بعد فترة، ولكن يجب عدم تجاهل أى ألم بالصدر نهائياً، مؤكداً أنه قد يكون إنذاراً لبداية حدوث أزمة قلبية، مضيفاً أنه كلما كان إسعاف مثل هذه الحالات سريعاً، قلت نسبة حدوث الأزمات القلبية.

الألم الشديد بالصدر، أبرز الأعراض للأزمة ويشعر المريض بقبضة شديدة في منتصف الصدر