

هل تعلم أن...

- ضيق الشرايين التاجية هو من المضاعفات الخطيرة لارتفاع ضغط الدم.
- أمراض الشرايين التاجية هي المتسبب رقم واحد في الوفيات عبر العالم.
- تزداد احتمالية الإصابة بهذا المرض عند الأشخاص المصابين بارتفاع ضغط الدم أو السكري أو ارتفاع نسبة الدهون بالدم أو المدخنين.
- تزداد أيضا احتمالية الإصابة بهذا المرض عند الأشخاص المصابين بالسمنة وعند الأشخاص الذين لا يقومون بممارسة النشاط البدني بصفة منتظمة.
- تزداد احتمالية الإصابة بضيق الشرايين التاجية عندما يكون أحد أفراد الأسرة قد أصيب بهذا المرض في سن صغيرة (أصغر من 55 عاما عند الرجال وأصغر من 65 عاما عند السيدات). وتزداد احتمالية الإصابة بالمرض كلما زادت درجة القرابة من المريض في العائلة.
- من علامات مرض ضيق الشرايين التاجية الإحساس بآلام في منطقة الصدر والكتفين والظهر، ضيق في التنفس، الإحساس بالإرهاق الشديد، العرق، اختلاف نبضات القلب وربما فقدان الوعي.
- قد تظهر هذه الأعراض فقط عند القيام بمجهود بدني أو عند مواجهة ضغط نفسي شديد وقد تظهر هذه الأعراض بدون مجهود على الإطلاق.
- عند ظهور أي من هذه العلامات لا بد من مراجعة الطبيب المعالج لوصف العلاج المناسب.
- إذا استمرت الأعراض لمدة تزيد عن 20 دقيقة لا بد من الذهاب فورا لأقرب مستشفى لأن استمرار الأعراض لفترة طويلة يعتبر علامة من علامات الخطر الشديد.
- إذا كانت الأعراض بسبب ضيق الشرايين التاجية، يتم تشخيص المرض على إنه إما ذبحة صدرية أو جلطة على القلب.
- يتم تشخيص المرض عن طريق إنزيماات القلب ورسم القلب الكهربائي والموجات الصوتية على القلب. كما يتم تشخيص المرض عن طريق تصوير الشرايين التاجية بالصبغة، إما عن طريق الأشعة المقطعية وإما عن طريق القسطرة القلبية، كما يرى الطبيب المعالج.
- يتم علاج الذبحة الصدرية المستقرة في المنزل بينما يستلزم علاج الذبحة الصدرية الغير مستقرة والجلطة القلبية المكوث في المستشفى لعدة أيام لمتابعة الحالة والحصول على العلاج المناسب عن طريق الوريد.

- للوقاية من أمراض الشرايين التاجية يجب على كل مريض أن يلتزم بالعلاج الدوائي لأمراض ارتفاع ضغط الدم والسكري إذا كان مصابا بهما، كما يجب على المدخنين التوقف فورا عن التدخين.

- ممارسة الرياضة بصفة منتظمة مع الغذاء الصحي والإقلال من الوزن من الممارسات الإيجابية التي تحمي من أمراض الشرايين التاجية كما تحمي من المضاعفات الناتجة عن هذا المرض عند الإصابة به.

- متابعة الطبيب المعالج بصفة دورية يحمي من الآثار الجانبية والمضاعفات المصاحبة لأمراض الشرايين التاجية.

وقاكم الله وإيانا شر كل مرض.