الذبحة الصدرية

Angina

ما هي الذبحة الصدرية؟

ما هي أنواع الذبحة الصدرية؟

ما هي أسباب الذبحة الصدرية وما هي عوامل الخطر؟

ما هي محفزات الذبحة الصدرية؟

ما هي أعراض الذبحة الصدرية؟

ما هي مضاعفات الذبحة الصدرية؟

كيف يتم تشخيص الذبحة الصدرية؟

كيف يمكن الوقاية من الذبحة الصدرية؟

ما هو علاج الذبحة الصدرية؟

تعريف الذبحة الصدرية:

الذبحة الصدرية هي ألم في الصدر أو انزعاج يحدث عندما لا يتلقى قلبك الكمية الكافية من الدم المزود بالأكسجين. نتيجة لذلك، قد يتسارع معد ضربات القلب ويحتاج القلب للانقباض بطريقة اقوي للحصول على المزيد من الدم، مما يسبب لك ألماً ملحوظاً. الذبحة الصدرية لا تعتبر مرضا، بل إنها تعتبر عرض وعلامة تحذيرية لأمراض القلب.

أنواع الذبحة الصدرية:

هناك أربعة أنواع من الذبحة الصدرية وهم:

الذبحة الصدرية المستقرة.

الذبحة الصدرية غير المستقرة.

الذبحة الصدرية الدقيقة.

ذبحة برنزميتال.

أسباب الذبحة الصدرية وعوامل الخطر:

انخفاض تدفق الدم إلى قلبك يسبب الذبحة الصدرية. يمكن للعديد من مشاكل الشرايين التاجية أن تمنع قلبك من الحصول على كمية كافية من الدم، وتشمل هذه الأسباب:

- أمراض الشريين التاجية (CAD): هذا هو السبب الأكثر شيوعًا للذبحة الصدرية، ويحدث عندما تتراكم مادة دهنية وشمعية في الشرايين التاجية التي تزود قلبك بالدم. تضيق هذه الشرايين (تصلب الشرايين) يعتبر هو السبب الأول الذي يقلل من تدفق الدم إلى قلبك.
- مرض الأوعية الدموية الدقيقة التاجية: هذه الحالة أكثر شيوعًا بين النساء والأشخاص المعينين للإناث عند الولادة (AFAB) مقارنة بالرجال والأشخاص المعينين عند الولادة (AMAB). يضر بجدران الأوعية الدموية الدقيقة التي تتفرع من الشرايين التاجية.
- تضيق الشريان التاجي: تنقبض الشرايين التاجية بشكل متكرر ثم تنفتح.
تعمل هذه الأفعال غير المرغوب فيها على تقييد تدفق الدم إلى قلبك مؤقتًا.
يمكن أن يكون لديك تقلصات في الشرايين التاجية دون الإصابة بمرض الشريان التاجي.

هناك أيضاً بعض عوامل الخطورة التي تزيد من احتمالية الإصابة بالذبحة الصدرية، منها:

- فقر الدم (الانيميا).
- التوتر والقلق بصورة مستمرة.
- مرض السكري.
- النظام الغذائي الغني بالدهون المشبعة والدهون المتحولة والسكر والاملاح وكذلك الكربوهيدرات المكررة.
- شرب الكثير من الكحول.
- التعرض لتلوث الهواء (مثل الغبار من الطرق أو المزارع أو مواقع البناء).
- تاريخ عائلي للإصابة بأمراض القلب المبكرة.
- سكتة قلبية.
- مرض صمام القلب.
- ارتفاع ضغط الدم.
- ارتفاع نسبة الدهون في الجسم.
- اعتلال عضلة القلب (تضخم القلب).
- التعرض طويل الأمد للتدخين السلبي.
- عدم التحرك بما فيه الكفاية (الخمول البدني).
- السمنة.
- كبار السن (أكثر من 45 للرجال والناس AMAB، وأكثر من 55 للنساء والناس AFAB).
- التدخين باستمرار وكذلك استخدام منتجات التبغ الأخرى.

محفزات الذبحة الصدرية:

تنتج الذبحة الصدرية نتيجة لانخفاض معدل إمداد القلب بالأكسجين. بالنسبة للأشخاص الذين يعانون من الذبحة الصدرية، قد يؤدي ما يلي إلى نوبات من ألم الصدر:

- مجهود جسدي شديد
- ضغط عصبي ونفسي.
- التعرض لدرجات حرارة منخفضة.

أعراض الذبحة الصدرية:

تتضمن الذبحة الصدرية واحد أو أكثر من الأحاسيس التالية في الصدر:

- اعتصار الصدر.
- الضغط.
- ثقل في الصدر.
- حرقان أو وجع عبر الصدر، وعادة ما يبدأ خلف عظمة القص(العظمة في منتصف الصدر بين الضلوع)
- غالبًا ما ينتشر الألم إلى الرقبة أو الفك أو الذراعين أو الكتفين أو الحلق أو الظهر أو الأسنان.

تشمل الأعراض المحتملة الأخرى ما يلي:

- عسر الهضم.
- حرقة من المعدة.
- إرهاق وضعف.

- التعرق بغزارة.
- الشعور بالغثيان.
- ضيق في التنفس.

مضاعفات الذبحة الصدرية:

أكبر المخاوف من الذبحة الصدرية هو الاحتمال الأكبر للتعرض للسكتة القلبية إذا لم يتم اكتشافها والتعامل معها في الوقت المناسب. يمكن أن يؤدي أي نوع من أنواع الذبحة الصدرية إذا لم يتم علاجه إلى نوبة قلبية في أي مرحلة بعد ذلك. وفقًا للأطباء، تتطلب الذبحة الصدرية غير المستقرة والذبحة الصدرية المتغيرة تغييرات صارمة في نمط الحياة وأدوية فورية للحد من فرصة السكتة القلبية.

تشخيص الذبحة الصدرية:

يتم تشخيص الذبحة الصدرية من خلال عدة فحوصات موصى بها من الطبيب المختص. اعتمادًا على الأعراض التي أشتكي منها المريض، قد يقوم الطبيب المختص بإجراء اختبارات معينة على النحو التالي لتأكيد ما إذا كان المرض هو الذبحة الصدرية:

- مخطط كهربية القلب (ECG)
- مخطط صدى القلب
- اختبار الإجهاد
- الأشعة السينية للصدر
- اختبارات عينة الدم
- تصوير الأوعية التاجية
- التصوير المقطعي المحوسب للقلب
- تصوير القلب بالرنين المغناطيسي

الوقاية من الذبحة الصدرية:

يمكنك منع الذبحة الصدرية من الحدوث من خلال اتباع أسلوب حياة مناسب لحالة القلب. اتخذ هذه الخطوات لتحسين صحة القلب:

- تجنب التدخين وجميع منتجات التبغ. كذلك، تجنب التعرض للتدخين السلبي.
- تناول نظامًا غذائيًا صحيًا للقلب. يعد نظام DASH الغذائي ونظام البحر الأبيض المتوسط من الخيارات الجيدة.
- قلل من تناولك للدهون المشبعة والدهون المتحولة والسكر والملح.
- ابحث عن طرق جديدة لتقليل التوتر.
- حافظ على وزن صحي لك.
- مراعاة عوامل الخطر لمرض الشريان التاجي: وتشمل هذه ارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول وارتفاع الدهون الثلاثية ومرض السكري.
- حافظ علي الحركة باستمرار بدون بذل مجهود عنيف.
- اذهب للتنزه أو ابحث عن أنشطة أخرى تستمتع بها.
- تناول الأدوية التي يصفها لك طبيب القلب بصورة مستمرة.





علاج الذبحة الصدرية:

اهم الإجراءات العلاجية التي يقوم بها الطبيب هي معالجة مشكلة القلب الأساسية التي تسبب الذبحة الصدرية.

الهدف الأول من العلاج هو تحسين تدفق الدم إلى قلبك وتقليل احتمالية حدوث مضاعفات.

تشمل خيارات العلاج الشائعة ما يلي:

- أدوية السيولة أو الأدوية المضادة للصفائح الدموية لتقليل خطر الإصابة بجلطات الدم.
- أدوية ضغط الدم.
- أدوية الكوليسترول.
- الأدوية المستخدمة خصيصًا لعلاج الذبحة الصدرية.
- تغيير نمط الحياة.
- تطعيم مجازة الشريان التاجي (CABG).
- التدخل التاجي عن طريق الجلد (PCI)، ويسمى أيضًا رأب الأوعية التاجية والدعامات.
- حتى مع العلاج، لا يزال بعض الأشخاص يعانون من الذبحة الصدرية.
  قد يصف طبيبك دواءً لفتح الأوعية الدموية بسرعة عندما تشعر بالألم.
- النتروجليسرين هو دواء شائع للذبحة الصدرية،
  وهو الأكثر استخداماً في نوبات الذبحة الصدرية.

اعتماد: مركز صحة القلب




KAMC
المعرفة