

بیماریهای قلبی – چگونه درمان میتواند مؤثر باشد Heart disease-how treatments can help

سرخرگ سالم بطور پیوسته جریان خون را به قلب میرساند. بدون خون قلب نمیتواند به درستی عمل کند. اما گاهی راه سرخرگ تنگ و باریک میشود و ایجاد بیماری قلبی میکند.

چرا راه سرخرگ تنگ میشود؟

گاهی در اثر گذشت زمان ماده چربی به نام "پلاک" (plaque) داخل دیواره رگ جمع میشود و راه سرخرگ را میندود، در نتیجه خون کمتری به قلب میرسد.

وقتی که راه سرخرگ تنگ میشود چه اتفاقی میافتد؟

- میتواند باعث ایجاد آنژین سینه (angina) یا حمله قلبی (سکته قلبی) شود.
- آنژین سینه هنگامی اتفاق میافتد که خون کافی به قلب نمیرسد. علائم آن احساس فشار بروی سینه، احساس تنگی قفسه سینه و درد در ناحیه دست، میباشند. گاهی، افراد حالت تهوع دارند و یا عرق میکنند. این علائم نشانگر اینست که قلبتان مشکلی دارد و نیاز سریع به کمک پزشکی دارید. آنژین سینه حمله قلبی نیست اما میتواند ریسک حمله قلبی را زیاد کند.
 - حمله قلبی وقتی اتفاق میافتد که در سرخرگی که بدلیل وجود پلاک تنگ شده، لخته ای ایجاد شود، و در نتیجه خون به قلب نرسد. اگر جریان خون از مدت زمان خاصی بیشتر قطع شده باشد، میتواند آسیب دائم به قلب برساند. در صورتی که کسی دچار حمله قلبی شود، رساندن هر چه سریعتر به بیمارستان، میتواند آسیب به عضلات قلب را کاهش دهد.

درمان به چه صورت است؟

در بیمارستان بوسیله معالجاتی میتوانند سرخرگهای بسته شده را باز کنند. در صورتی که سرخرگ سریع باز شود آسیب کمتری به قلب میرسد. پزشک شما ترتیب گرفتن یک نوع رادیوگرافی خاص که به آن آنژیوگرام گفته میشود را میدهد تا ببیند کجا و تا چه اندازه سرخرگها بسته شده اند. سپس پزشکتان درمان را برای شما توضیح میدهد. برخی از افرادی که دچار آنژین سینه میشوند، ممکن است فقط دارو لازم داشته باشند. اما در صورتی که دچار حمله قلبی شده اید به دارو و آنژیوپلاستی و یا جراحی احتیاج دارید.

دارو

- میتواند لخته هایی که باعث گرفتگی سرخرگ ها شده اند را حل کند.
- میتواند غلظت خون را رقیق کند و ریسک حمله قلبی یا سکته را کاهش دهد.
- میتواند فشار خون را پایین بیاورد.
- میتواند کلسترول را پایین بیاورد، کلسترول بالا یکی از علت های گرفتگی سرخرگ ها میباشد.
- میتواند علائم آنژین سینه را کمتر کند.
- در صورت آسیب به عضله قلب، کمک به بهبود آن کند.

آنژیوپلاستی (Angioplasty)

این عمل ساده، جریان خون به قلب را از طریق باز کردن سرخرگها، بهتر میکند. آنژیوپلاستی را میتوان تحت بیحسی موضعی انجام داد و فقط مدت کوتاهی لازم به بستری شدن در بیمارستان است. پزشک با قرار دادن بادکنک خاصی در سرخرگی که گرفته شده، آن را باز میکند. هنگامی که بادکنک در سرخرگ قرار میگیرد پزشک آن را باد میکند و سپس آنرا برمیدارد. این عمل، سرخرگ را باز میکند. سپس پزشک یک لوله فلزی (به نام استنت stent) در سرخرگ باز شده قرار میدهد. این لوله درون سرخرگ باقی میماند تا سرخرگ را باز نگاه دارد.

جراحی بای پاس (Bypass)

این جراحی برای رساندن خون به قلب راهی دیگر بوجود میآورد. پزشک سرخرگی از قسمتی دیگر از بدن (سینه، پا یا دست) برمیدارد. این سرخرگ سالم به سرخرگی که راهش بسته شده، متصل میشود، در نتیجه میتواند خون را از کنار سرخرگ گرفته شده به قلب برساند. این جراحی تحت بیهوشی عمومی انجام میشود و مدت بستری در بیمارستان طولانی تر است. مانند آنژیوپلاستی این جراحی نیز معمولاً موفقیت آمیز و بیخطر است.

چه عوامل دیگری اهمیت دارند؟

داشتن عاداتی سالم دارای اهمیت است. گرفتگی سرخرگ معمولاً بدلیل عواملی که تحت کنترل خود ماست مثل سیگار کشیدن، نوع رژیم غذایی و نداشتن فعالیت بوجود میآید. پس مهم است که:

- کشیدن سیگار را قطع کنید، سیگار کشیدن به دیواره سرخرگ آسیب میرساند و آنرا ضعیف میکند
- از خوردن چربی اشباع شده ناسالم خودداری کنید - مثل چربی که در گوشت پرچربی میباشد، فرآورده های لبنیاتی پرچربی، کره، پیه، کره آب کرده، روغن آشپزی جامد، شیر نارگیل، غذاهای سرخ شده بیرون (take away)، و بسیاری از بیسکویت ها، کیکها و پای هایی که از مغازه خریداری میشوند.
- سعی کنید فعالیت داشته باشید. فعالیت فیزیکی متداوم مثل پیاده روی برای قلب مفید است. در صورتی که حمله قلبی داشته اید پزشکتان میتواند به شما برنامه ای معرفی کند که راههای خوبی برای ورزش کردن و اداره کردن وضعیت قلبتان بیاموزید.

چنانچه برای تماس گرفتن به زبان انگلیسی احتیاج به کمک دارید، با خدمات مترجمی (TIS) به شماره تلفن ۱۳۱۴۵۰ (131 450) تماس بگیرید.

برای یافتن اطلاعات بیشتر در مورد بهداشت و تندرستی به زبان خود، به وب سایت ارتباطات چند زبانه به آدرس <http://www.mhcs.health.nsw.gov.au> مراجعه نمایید.

شماره تلفن ها در زمان چاپ درست میباشند، اما ممکن است تغییر پیدا کنند. شما میتوانید شماره ها را در دفتر تلفن راهنما چک کنید.