

حمله قلبی چیست و علائم و نشانه های آن و علل ایجاد آن چیست؟

قلب انسان عضله قوی است که در ۲۴ ساعت صد هزار بار می تپد تا از طرفی اکسیژن و مواد غذایی را به سراسر بدن و از طرف دیگر مواد زائد را به کلیه و ریه برای دفع آنها برساند. عملکرد مناسب قلب جهت حفظ زندگی ضروری است. عضله قلب را سه رگ اصلی بنام عروق کرونر (تاجی) و شاخه های آن تغذیه می کنند این سه رگ که روی عضله قلب قرار دارند قسمت قدامی (جلویی)، قسمت خارجی و تحتانی را خون رسانی می کنند. اگر این عروق تنگ یا مسدود شوند خون رسانی به عضله قلب مختل می شود و نمی تواند خون حاوی اکسیژن و مواد غذایی دریافت کند کم خونی موضعی در عضله قلب (ایسکمی) را می نامند. سکتة قلبی (انفارکتوس) بدلیل قطع کامل جریان خون حاوی اکسیژن و مواد غذایی به عضله قلب اتفاق می افتد

علائم بیماری عروق کرونر

اگر عروق کرونر تنگ و یا مسدود شود و ایسکمی و یا انفارکتوس اتفاق بیفتد علائم زیر ایجاد می شود.

- معمولا درد در قفسه سینه احساس می شود، ممکن است بجای درد احساس سنگینی، فشار شدید مثل اینکه فردی روی سینه ایستاده است یا احساس سوزش و سوزن سوزن شدن روی سینه احساس شود.
- احساس تنگی نفس یا خستگی زودرس می تواند از علائم حمله قلبی (ایسکمی یا سکتة قلبی) باشد. درد ممکن است به فک تحتانی، شانه ها، هردوبازو و دست و گردن، بین دوکتف، پشت قفسه صدی نیز احساس شود.
- اگر درد قفسه صدی در استراحت اتفاق بیافتد و بیش از ۱۰ دقیقه طول بکشد این درد ممکن است شروع یک حمله قلبی باشد.
- درد ممکن است در ناحیه سردل (اپیگاستر) احساس شود این درد معمولا با دردهای معده اشتباه می شود و در صورت احساس درد در ناحیه اپیگاستر یا سردل بهتر است به پزشک مراجعه شود تا نوع گوارش از قلبی افتراق داده شود
- ممکن است همراه با درد تعریق نیز وجود داشته باشد و یا علائمی مانند تهوع و استفراغ وجود داشته باشد گاهی بجای قفسه صدی بیمار دچار تنگی نفس می شود.
- با وجود علائم فوق بیمار باید آرام در وضعیت نیم نشسته قرار گیرد برای اینکه فعالیت قلب افزایش نیابد هیچ حرکتی نکند فوری با اورژانس ۱۱۵ تماس گرفته شود. اگر به اورژانس دسترسی نداشت از دیگران برای انتقال به بیمارستان کمک بگیرید.

در انتقال به مرکز درمانی بیمار نباید راه برود و از پله ها پایین بیاید بلکه باید توسط دیگران به اتوموبیل منتقل و به مرکز درمانی انتقال یابد قبل از رسیدن به بیمارستان اگر به قرص آسپرین دسترسی وجود دارد دو عدد قرص ۸۰ میلی با هم جویده شود در غیر اینصورت برای تهیه قرص جابجا نشود زیرا کمترین فعالیت در شرایط حمله قلبی آسیب جدی به همراه دارد. بیمار پس از گرفتن فشارخون اگر فشار سیستول یا ماکزیمم بیش از ۱۰۰ میلی متر جیوه است قرص ژله ای زیرزبانی تی ان جی مصرف شود.

چه عواملی موجب تنگی عروق کرونر (عروق تغذیه کننده عضله قلب) می شود.

عروق کرونر مانند لوله های خالی هستند دیواره آنها از سه لایه تشکیل شده است قسمت میانی از عضلات بسیار کوچک و رشته های ارتجاعی تشکیل شده و روی آن را (داخل فضای عروق کرونر) یک لایه سلول بنام آندوتلیال می پوشانند. این لایه سلولی از تماس قسمت میانی رگ با خونی که در رگ جاری است، ممانعت میکند.

بیماری عروق کرونر از کودکی آغاز می شود و رسوب رگه هایی از چربی در جدار رگ اتفاق می افتد و بتدریج بیشتر می شود و به دیواره رگ آسیب می زند علاوه بر چربی مواد دیگری مثل کلسیم یا سلولهای التهابی در جدار رگ رسوب می کنند. این مواد که در جدار رگ رسوب می کنند را پلاک می گویند اندازه این پلاک ها متفاوت است و بتدریج به داخل رگ پیشروی می کنند سطح این پلاک ها در داخل رگ سفت، سخت و شکننده است و ممکن است ترک بخورد یا پاره شود و در نتیجه قسمت میانی رگ با خون داخل مجرای رگ تماس پیدا می کنند و پلاکت ها که عناصر کوچکی از خون هستند در محل ترک خوردگی و یا پاره شده گی جدار رگ جمع می شوند و تشکیل لخته می دهند و مجرای رگ را تنگ تر میکنند یا کاملاً مسدود می سازند و بدین ترتیب خونرسانی به عضله قلب کاهش می یابد و یا قطع می شود و ایسکمی یا سکته قلبی رخ می دهد

علل زمینه ساز بیماری عروق کرونر:

مراحل تشکیل رسوب مواد از جمله چربی (پلاک) در جدار رگ آترواسکلروز نامیده می شود. مسیر ایجاد آترواسکلروز با وجود موارد زیرتسریع می شود: مصرف دخانیات، فشارخون بالا، کلسترول بالا، کم تحرکی، دیابت، چاقی و اضافه وزن و سابقه خانوادگی بیماری عروق کرونر

(پدر و برادر کمتر از ۵۵ سال و مادر و خواهر کمتر از ۶۵ سال مبتلا به سکته قلبی یا ایسکمی قلبی شده باشند)

پیشگیری از بیماری عروق کرونر (عروق تغذیه کننده عضله قلب) و کند کردن سیر آرترواسکلروز:

۱- ترک مصرف دخانیات

۲- تغذیه مقدار مناسب مصرف میوه و سبزیجات، کاهش مصرف چربی به خصوص چربیهای اشباع، کاهش مصرف شیرینی و استفاده از آجیل (با توجه به کالری بالای این گروه از مواد غذایی به اندازه کافی مصرف شود)

۳- کنترل وزن: با توجه به اینکه چاقی و اضافه وزن از عوامل زمینه ساز بیماریهای قلبی عروقی و عوامل خطری مانند فشارخون بالا و دیابت است باید برای کاهش وزن برنامه ریزی شود.

۴- فعالیت بدنی مناسب روزانه حداقل نیم ساعت فعالیت بدنی متوسط، پیاده روی نسبتاً سریع طوری که تعداد تنفس و ضربان زیاد شود، اما بتوان با همراه خود براحته صحبت کرد (۱۵۰ دقیقه فعالیت بدنی در هفته با شدت متوسط تا شدید)

۵- کنترل قندخون و فشارخون

۶- کنترل استرس