



فشل القلب

نبذة عن فشل القلب

الفشل القلبي هو حالة مرضية يعجز القلب فيها عن ضخ الدم بما يكفي لحاجة الجسم، مما يؤدي إلى انخفاض تدفق الدم وتباطؤ جريانه في الأوردة والرئتين، الأمر الذي يسبب الإصابة بضيق النفس.

أنواع فشل القلب:

- فشل القلب الأيسر (الجهة اليسرى من القلب): يسبب عودة السوائل للرئتين، مما يؤدي إلى ضيق في التنفس.
- فشل القلب الأيمن (الجهة اليمنى من القلب): يسبب احتقان السوائل في البطن والساقين والقدمين، مما يؤدي إلى تورم الأقدام.
- فشل القلب الانقباضي : قصور وظيفة الانقباض في عضلة القلب.
- فشل القلب الانبساطي: قصور وظيفة الانبساط في عضلة القلب.

أعراض فشل القلب

يمكن أن يكون فشل القلب مرضًا مستمرًا أو قد يظهر فجأة

و من علامات فشل القلب وأعراضه:

- ضيق النفس عند النشاط أو الاستلقاء
- الشعور بالإرهاق والضعف
- تورم الساقين والكاحلين والقدمين
- سرعة ضربات القلب أو عدم انتظامها
- ضعف القدرة على ممارسة الرياضة
- سعال مستمر أو أزيز مع بلغم أبيض أو وردي مختلط بالدم
- انتفاخ منطقة البطن
- زيادة الوزن بسرعة كبيرة بسبب احتباس السوائل
- الغثيان وفقدان الشهية
- صعوبة التركيز أو قلة الانتباه
- ألم في الصدر إذا كان فشل القلب ناتجًا عن نوبة قلبية

أسباب فشل القلب

حوالي ثلثي الحالات تحدث نتيجة قصور الشرايين التاجية أو الجلطات الحادة في القلب.

عوامل أخرى مسببة لفشل القلب

- ارتفاع ضغط الدم.
- خلل في الصمامات.
- ادوية او سموم تؤذي عضلة القلب.
- التهاب عضلة القلب
- اضطراب في عمل الغدة الدرقية.



ما هي مضاعفات فشل القلب؟

- تدهور وظائف القلب (إذا ترك دون علاج).
- الفشل الكلوي.
- تلف الكبد.
- مشاكل في صمام القلب.
- عدم انتظام ضربات القلب .

كيف يتم تشخيص فشل القلب ؟

1. التاريخ الطبي
2. الفحص السريري
3. التحاليل المخبرية
4. إجراءات أخرى مثل: رسم القلب وموجات فوق الصوتية ECHO الايكو ، وتصوير الصدر بالأشعة السينية، وجهاز هولتر لمراقبة كهرباء القلب في حالة شكوي المريض من اضطراب ضربات القلب

عوامل الخطورة لفشل القلب:

- التقدم في العمر.
- الإصابة بالأمراض المزمنة (مثل: ارتفاع ضغط الدم، مرض الشريان التاجي وغيرهما).
- وجود مشاكل في صمامات القلب
- عدم انتظام ضربات القلب.
- عيوب خلقية في القلب.
- نوبة قلبية.
- مرض رئوي شديد.
- انقطاع النفس أثناء النوم.
- بعض الفيروسات.

علاج فشل القلب

لا يوجد علاج شامل لهذا المرض ولكن هنالك بعض التدابير لزيادته كفاءة و قدرة عضلة القلب على العمل وذلك عن طريق علاج المسبب الأساسي لذلك الفشل أو القصور وبعض العلاجات الدوائية.

- يصف الطبيب بعض العقاقير الدوائية لزيادة كفاءة عضلة القلب
- مُدرات البول للحد من تراكم السوائل في الجسم. و تحسين كفاءة التنفس
- قد يحتاج الطبيب الى استبدال صمامات القلب المُتسببة في فشل القلب اما عن طريق القسطرة او الجراحة
- قد يحتاج الطبيب الى زرع مضخة للقلب في حال تقدم المرض وفشل العلاجات الدوائية أو أجهزة تنظم ضربات القلب

نصائح للتعيش مع فشل القلب

- الالتزام بالعلاج
- تناول الغذاء الصحي الغني بالفاكهة , الخضراوات و الابتعاد عن الطعام الغني بالدهون.
- الابتعاد عن التوتر.
- الإقلاع عن التدخين و المشروبات الكحولية.
- إذا كان السبب هو أحد العلاجات الدوائية فيجب مناقشة الامر مع الطبيب المختص وتغير العلاج لعلاج يتلائم مع وضع المريض الصحي.
- التخلص من الوزن الزائد.
- ممارسة التمارين الرياضية تبعاً لنصائح الطبيب.
- مراقبة الوزن و حالة تجمع السوائل في حال وجود تجمع للسوائل.
- يفضل اتباع نظام غذائي قليل الملح.



الوقاية من فشل القلب

من أهم طرق الوقاية من فشل القلب الاحتقاني:

- المحافظة على وزن مثالي.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- الابتعاد عن التوتر.
- النوم بشكل كافي.
- تناول الخضراوات والفواكه.
- التقليل من تناول الملح.
- الامتناع عن التدخين.

