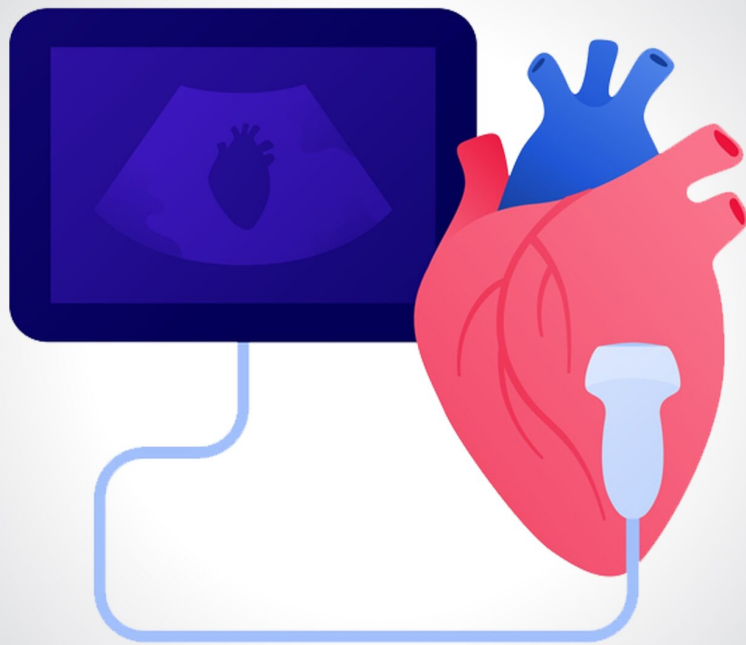


HEART ARRHYTHMIAS



Heart rhythm problems (heart arrhythmias) occur when the electrical impulses that coordinate your heartbeats don't work properly, causing your heart to beat too fast, too slow or irregularly.

Heart arrhythmias may feel like a fluttering or racing heart and may be harmless. However, some heart arrhythmias may cause bothersome — sometimes even life-threatening — signs and symptoms.

Heart arrhythmia treatment can often control or eliminate fast, slow or irregular heartbeats. In addition, because troublesome heart arrhythmias are often made worse — or are even caused — by a weak or damaged heart, you may be able to reduce your arrhythmia risk by adopting a heart-healthy lifestyle.

What are the symptoms?

- A fluttering in your chest**
- A racing heartbeat (tachycardia)**
- A slow heartbeat (bradycardia)**
- Chest pain**
- Shortness of breath**
- Anxiety**

- **Fatigue**
- **Lightheadedness or dizziness**
- **Sweating**
- **Fainting or near fainting**

What are the causes?

Certain conditions can lead to, or cause, an arrhythmia, including:

- **A heart attack that's occurring right now**
- **Scarring of heart tissue from a prior heart attack**
- **Changes to your heart's structure, such as from cardiomyopathy**
- **Blocked arteries in your heart (coronary artery disease)**
- **High blood pressure**
- **Overactive thyroid gland (hyperthyroidism)**
- **Underactive thyroid gland (hypothyroidism)**
- **Diabetes**
- **Sleep apnea**

Other things that can cause an arrhythmia include:

- **Smoking**
- **Drinking too much alcohol or caffeine**
- **Drug abuse**
- **Stress or anxiety**
- **Certain medications and supplements, including over-the-counter cold and allergy drugs and nutritional supplements**
- **Genetics**

Risk factors

- **Coronary artery disease, other heart problems and previous heart surgery**
- **High blood pressure**
- **Congenital heart disease**
- **Thyroid problems**
- **Diabetes**
- **Obstructive sleep apnea**
- **Electrolyte imbalance**

Prevention

- **Eating a heart-healthy diet**
- **Staying physically active and keeping a healthy weight**
- **Avoiding smoking**
- **Limiting or avoiding caffeine and alcohol**
- **Reducing stress, as intense stress and anger can cause heart rhythm problems**
- **Using over-the-counter medications with caution, as some cold and cough medications contain stimulants that may trigger a rapid heartbeat**

Treating fast heartbeats

- **Vagal maneuvers.**
- **Medications.**
- **Cardioversion.**
- **Catheter ablation.**

التهاب مفاصل القلب

تحدث مشاكل ضربات القلب (عدم انتظام ضربات القلب) عندما لا تعمل النبضات الكهربائية التي تنسق نبضات قلبك بشكل صحيح ، مما يتسبب في خفقان قلبك بسرعة كبيرة أو بطيئة جدًا أو غير منتظمة.

قد يبدو اضطراب نظم القلب وكأنه خفقان أو تسارع ضربات القلب وقد يكون غير ضار. ومع ذلك ، فإن بعض حالات عدم انتظام ضربات القلب قد تسبب علامات وأعراضًا مزعجة - حتى أنها تهدد الحياة في بعض الأحيان.

غالبًا ما يتحكم علاج عدم انتظام ضربات القلب في ضربات القلب السريعة أو البطيئة أو غير المنتظمة أو التخلص منها. بالإضافة إلى ذلك ، نظرًا لأن عدم انتظام ضربات القلب المزعج غالبًا ما يتفاقم - أو حتى بسبب - ضعف القلب أو تلفه ، فقد تتمكن من تقليل مخاطر عدم انتظام ضربات القلب من خلال اتباع أسلوب حياة صحي للقلب.

ما هي الاعراض؟

- رفرفة في صدرك
- (تسارع ضربات القلب (عدم انتظام دقات القلب
- (بطء ضربات القلب (بطء القلب
- ألم صدر •
- ضيق النفس
- قلق
- إعياء
- الدوخة أو الدوار •
- التعرق

- الإغماء أو الإغماء القريب

ما هي الاسباب؟

يمكن أن تؤدي بعض الحالات إلى اضطراب نظم القلب أو تسببه ، بما في ذلك

- نوبة قلبية تحدث الآن
- تندب أنسجة القلب من نوبة قلبية سابقة
- تغييرات في بنية قلبك ، مثل تلك الناتجة عن اعتلال عضلة القلب
- (الشرايين المسدودة في قلبك)مرض الشريان التاجي
- ضغط دم مرتفع
- (فرط نشاط الغدة الدرقية (فرط نشاط الغدة الدرقية
- (خمول الغدة الدرقية (قصور الغدة الدرقية
- السكري
- توقف التنفس أثناء النوم

تشمل الأشياء الأخرى التي يمكن أن تسبب عدم انتظام ضربات القلب ما يلي

- تعاطي التبغ
- شرب الكثير من الكحوليات أو الكافيين
- تعاطي المخدرات
- التوتر أو القلق
- بعض الأدوية والمكملات الغذائية ، بما في ذلك أدوية البرد والحساسية التي تُصرف دون وصفة طبية والمكملات الغذائية
- عوامل وراثية •

عوامل الخطر

- أمراض الشرايين التاجية ومشاكل القلب الأخرى وجراحة القلب السابقة
- ضغط دم مرتفع
- مرض قلب خلقي
- مشاكل الغدة الدرقية
- السكري
- توقف التنفس أثناء النوم
- خلل في المحلول الكهربائي، عدم توازن في المحلول

هل يوجد طرق للوقاية؟

- اتباع نظام غذائي صحي للقلب
- الحفاظ على النشاط البدني والحفاظ على وزن صحي
- تجنب التدخين
- الحد من الكافيين والكحول أو تجنبهما
- الحد من التوتر ، حيث يمكن أن يسبب التوتر الشديد والغضب مشاكل في نظم القلب
- استخدام الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية بحذر ، حيث تحتوي بعض أدوية البرد والسعال على منبهات قد تؤدي إلى تسارع ضربات القلب

علاج سرعة ضربات القلب

- مناورات المبهم
- الأدوية •
- تقويم نظم القلب
- استئصال القسطرة