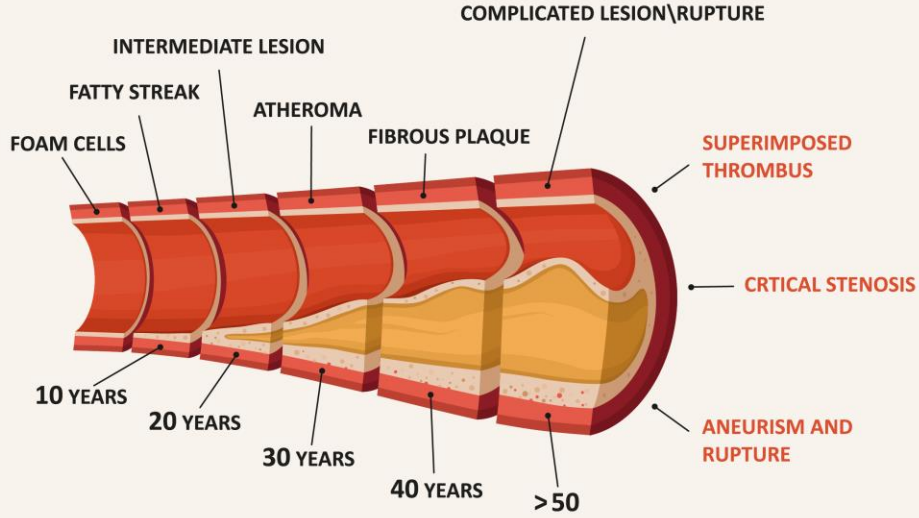


ATHEROSCLEROSIS



تصلب الشرايين

الشرايين هي الأوعية الدموية التي تحمل الدم الغني بالأكسجين إلى القلب وأجزاء أخرى من الجسم، ويطلق مصطلح (تصلب الشرايين) عند تراكم وتجمع مواد شحمية ودهنية متأكسدة على جدران الشرايين؛ مما يحد من تدفق الدم إلى أعضاء الجسم. و يمكن أن يؤثر في أي شريان في الجسم.

الأعراض

قد لا تظهر عليك أعراض حتى يكاد الشريان أن يغلق أو حتى تصاب بنوبة قلبية أو سكتة دماغية، يمكن أن تعتمد العلامات أيضاً على الشريان الضيق أو المسدود،

1. الأعراض المتعلقة بالشرايين التاجية

- . ألم أو ضغط في منتصف الصدر أو قليلاً إلى اليسار أو أحياناً ألم في ذراعيك أو رقبتك أو فكك. وهذا ما يعرف بالذبحة الصدرية.
- . ضيق في التنفس.
- . عدم انتظام ضربات القلب، ضربات قلب غير عادية.

2. الأعراض المتعلقة بالشرايين التي تنقل الدم إلى الدماغ

- . صداع حاد
- . ضعف في ذراعيك أو ساقيك.
- . صعوبة في التحدث أو فهم شخص يتحدث.
- . تدلي عضلات الوجه.
- . شلل.
- . مشكلة في الرؤية بإحدى العينين.

3. الأعراض المتعلقة بشرايين الذراعين والساقين والحوض

- . ألم في الساق عند المشي.



4. الأعراض المتعلقة بالشرابين التي تنقل الدم إلى الكلى

. ضغط دم مرتفع.

. فشل كلوي.

اسباب تصلب الشرايين

تصلب الشرايين مرض يتفاقم ببطء . السبب الدقيق غير معروف. قد تبدأ بضرر أو إصابة في الطبقة الداخلية للشريان.

عوامل الخطورة:

- . التقدم في السن.
- . التاريخ العائلي من أمراض القلب في وقت مبكر.
- . مستويات الكوليسترول المرتفعة في الدم و خصوصا الكوليستيرول الضار.
- . ضغط الدم المرتفع.
- . داء السكري
- . التدخين
- . قلة النشاط البدني.
- . نظام غذائي غير صحي.
- . مقاومة الجسم للأنسولين.
- . زيادة الوزن أو السمنة.



متى يجب رؤية الطبيب؟

- . عند وجود تاريخ عائلي بأي نوع من أنواع تصلب الشرايين بالجسم.
- . عند ملاحظة أي أعراض تدل على عدم تدفق الدم للمنطقة (مثل: ألم في الصدر، ألم أو خدر في الساق).
- . ضيق في التنفس أثناء النشاط اليومي العادي.

مضاعفات مرض تصلب الشرايين

- . مرض الشريان التاجي، والتي تسبب قصورًا في القلب أو جلطات حادة في القلب.
- . مرض الشريان السباتي
- . مرض الشريان الطرفية قد تتطور إلى موت الأنسجة (الغرغرينا).
- . تمدد وانفجار الأوعية الدموية في أي مكان في الجسم.
- . مرض الكلى المزمن.



تشخيص مرض تصلب الشرايين

التشخيص المبكر يمكن أن يؤجل تدهور تصلب الشرايين ويمنع الإصابة بمضاعفات المرض ، حيث يشمل التشخيص:

- . التاريخ الطبي.
- . التاريخ العائلي.
- . التحاليل المخبرية: تحاليل الدم.
- . اختبارات أخرى: الموجات فوق الصوتية، تخطيط كهربية القلب، الأشعة المقطعية بالصبغة
- . القسطرة التشخيصية

العلاج:

العلاج الرئيس لتصلب الشرايين هو تغيير نمط الحياة إلى حياة صحية، مع استخدام الأدوية للتحكم والحد من تصلب الشرايين. و ادوية لعلاج الام الصدر و توسيع الشرايين التاجية في بعض الاحيان يحتاج المريض لعمل قسطرة علاجية عن طريق التوسيع بالبالون مع تركيب دعامات دوائية



الوقاية

تساعد نفس تغييرات نمط الحياة التي يوصى بها لعلاج تصلب الشرايين في الوقاية منه. وتشمل هذه التغييرات ما يلي:

- الإقلاع عن التدخين
- التحقق من المستويات الصحية للكوليسترول وسكر الدم والحفاظ عليها
- التحقق من المعدلات الصحية لضغط الدم والحفاظ عليها
- تناول الأغذية الصحية
- ممارسة الرياضة بانتظام
- الحفاظ على وزن صحي

