

قصور عضلة القلب



لزيارة المكتبة الإلكترونية
وزارة الصحة





قصور عضلة القلب

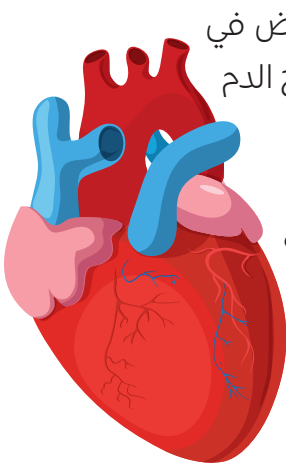
يحدث قصور القلب عندما تفقد عضلة القلب قدرتها على ضخ الدم بصورة كافية مما يؤدي إلى عدم كفاية تدفق الدم إلى الأعضاء الحيوية مثل: الكلى واحتقان (تراكم السوائل) في الأعضاء الحيوية الأخرى مثل الرئتين، وذلك نتيجة لأسباب عديدة منها خلل في شرايين القلب أو نتيجة ارتفاع في ضغط الدم.

يعد مرض قصور عضلة القلب مرضًا شائعًا في جميع أنحاء العالم و يمكن أن يحدث في أي عمر، ولكنه الأكثر شيوعًا عند كبار السن لتزايد أعداد المصابين بالنوبات القلبية وكذلك الذين يعانون من مشاكل في القلب.

أنواع فشل القلب

يؤثر فشل عضلة القلب في الجانب الأيسر، أو الأيمن أو كلاهما وعادة ما يبدأ في الجانب الأيسر وبالتحديد في البطين الأيسر .

وهناك نوعان رئيسيان يُحدّدان بناءً على مدى قدرة البطين الأيسر على ضخ الدم جيّدًا:

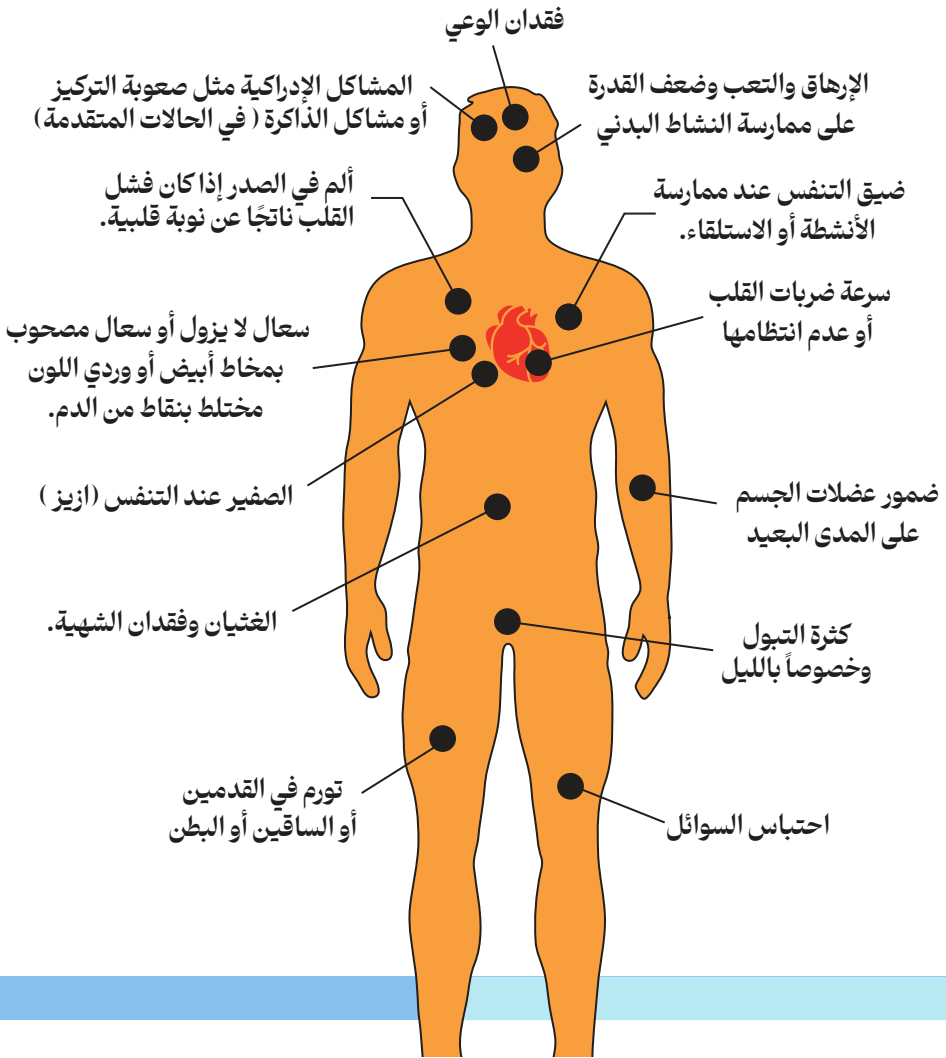


• **فشل القلب الإنقباضي:** قصور وظيفة الإنقباض في عضلة القلب، فيكون القلب ضعيفًا جدًّا فلا يضخ الدم بشكل طبيعي.

• **فشل القلب الإنبساطي:** قصور وظيفة الإنبساط في عضلة القلب حيث يكون القلب شديد الصلابة مما يؤدي إلى عدم وصول كمية كافية من الدم في غرف القلب.

يؤثر قصور عضلة القلب على أشخاص مختلفين بطرق مختلفة، و يمكن أن تظهر الأعراض فجأة وتكون حادة بالبداية (قصور حاد بعضلة القلب)، أو يمكن أن تظهر الأعراض بمرور الوقت وتتفاقم تدريجياً (قصور مزمن بعضلة القلب).

قد يعاني الشخص المصاب بقصور عضلة القلب من إحدى الأعراض التالية أو مجموعة منها:



الأسباب

ويحدث عادةً فشل القلب نتيجة العديد من أمراض القلب الأخرى التي قد تصيبه مثل :

مرض صمامات القلب

مرض الشريان التاجي

عدم انتظام ضربات القلب

مرض ارتفاع ضغط الدم

العيوب الخلقية في القلب

اعتلال عضلة القلب

فقر الدم الشديد

احتشاء عضلة القلب (النوبة القلبية)

كما قد تساهم العديد من عوامل الخطورة الأخرى من الأمراض وأنماط الحياة غير الصحية في زيادة خطر الإصابة بفشل القلب مثل:-



التقدم في العمر



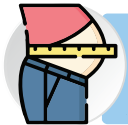
مرض إختناق النوم
(انقطاع النَّفَس أثناء النوم)



الإصابة بالأمراض المزمنة (مثل: ارتفاع ضغط الدم، والسكري وأمراض الكلى المزمنة وغيرهم).



نتيجة لبعض العلاجات مثل العلاج الكيميائي، والعلاج الإشعاعي



اتباع أنماط حياة غير صحية
(الكسل والخمول والتغذية غير الصحية)



الأصابة بمرض رئوي أو الإصابة ببعض الفيروسات



التدخين، وتعاطي الكحوليات
المخدرات



العوامل الوراثية

تشخيص قصور القلب

يُشخّص طبيب أمراض القلب الإصابة بفشل القلب اعتماداً على الأعراض التي تظهر على المريض، والتاريخ الطبي، والفحص الجسدي، ووجود عوامل تؤدي إلى زيادة احتمالية الإصابة بفشل القلب كارتفاع ضغط الدم. وقد يطلب الطبيب المزيد من الفحوصات للتأكد من التشخيص، ومن أهمها ما يأتي:



○ **فحوصات الدم:** التأكد من وجود علامات تدل على

فشل القلب ومن أهمها فحص الببتيد الدماغي المدر للصوديوم نوع ب .

○ **تصوير الصدر بالأشعة السينية:** التأكد من وجود

مشاكل في القلب أو الرئتين.

○ **تخطيط كهربائية القلب:** التأكد من وجود مشاكل في القلب أو اضطراب

في انتظام نبضاته.

○ **تخطيط صدى القلب:** الكشف عن وجود مشاكل في ضخ الدم، أو في

حجم أو شكل القلب.

○ **اختبار إجهاد القلب:** الكشف عن وجود مشاكل في القلب من خلال تقييم

استجابته للمجهود المُعرّض له.

○ **التصوير المقطعي المحوسب للقلب:** يقوم على التقاط صور للقلب

والصدر.

○ **التصوير بالرنين المغناطيسي:** الكشف عن مشاكل القلب من خلال

التقاط صور للقلب.

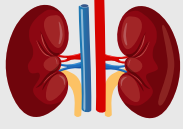
○ **تصوير الأوعية التاجية:** ويكشف عن وجود انسداد في القلب.

○ **أخذ خزعة من عضلة القلب:** للكشف عن الأمراض والمشاكل الصحية التي

تُسبب قصور القلب.

مضاعفات قصور القلب

قد يترافق المرض مع مضاعفات صحية عديدة وخطيرة، ومنها الآتي:

تلف في الكليتين أو فشل تام فيهما بسبب ضعف تدفق الدم لهما وتراكم السوائل	
مشاكل وأمراض في الكبد بسبب تراكم السوائل به	
مشاكل واضطرابات في نبض القلب وصماماته.	
تراكم السوائل في الرئتين أو حولها.	
سوء التغذية لأن الغثيان والتورم في البطن يمكن أن يجعل تناول الطعام غير مريح، كما أن انخفاض تدفق الدم إلى المعدة يؤدي إلى صعوبة امتصاص العناصر الغذائية من الطعام.	

العلاج

لا يمكن للأدوية غالبًا علاج فشل القلب، ولكن يمكنها السيطرة على الأعراض لأطول فترة ممكنة، وإبطاء تطور الحالة وتحسين نوعية الحياة، وعادة ما يكون العلاج مدى الحياة، حيث تشمل:

● تغيير نمط الحياة.

● **الأدوية:** والتي تشمل أدوية تحسن وظيفة القلب (حاصرات بيتا)، وموسعات معينة للأوعية الدموية، ومدرات البول، ومثبطات الألدوستيرون، ومضادات التخثر.

- **أجهزة تُزرع في الصدر مثل:** أجهزة تنظيم ضربات القلب (مزيل الرجفان القلبي) عند الحاجة.
- **العملية الجراحية** إذا استدعت حالة المريض (عملية شرايين القلب - صمامات القلب - زراعة القلب) .

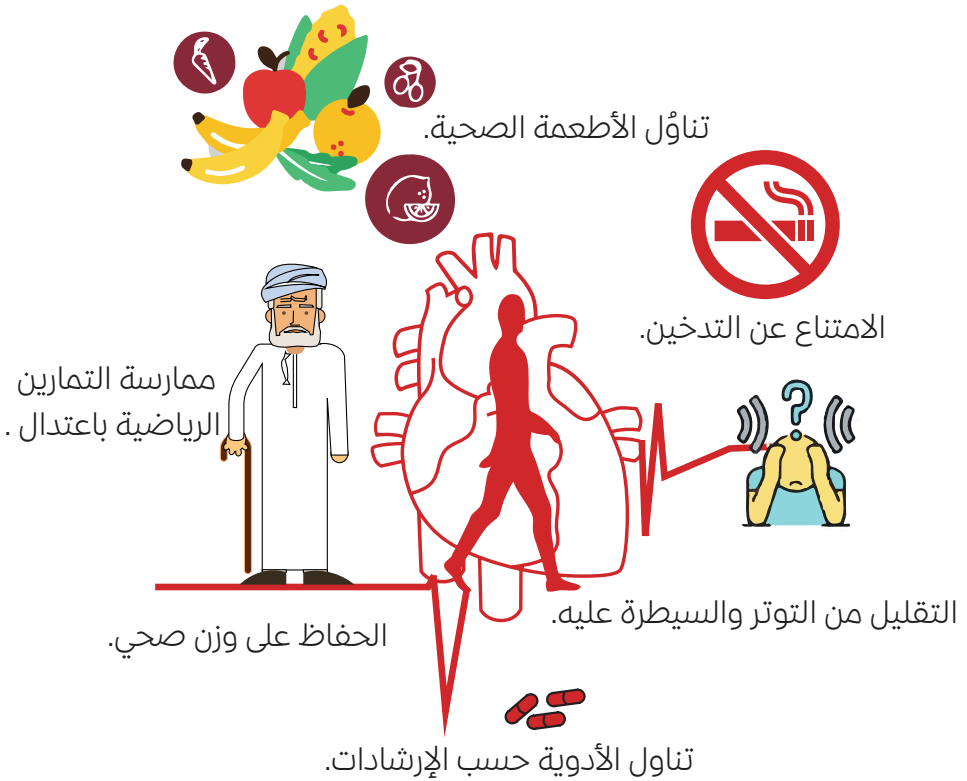
قد يكون العلاج ممكنًا عندما يكون لقصور القلب سبب قابل للعلاج (مثل: مشكلة في صمامات القلب) ؛ فإن استبدالها أو إصلاحها قد يعالج الحالة.

نصائح للتعايش مع قصور القلب

يفضل اتباع التعليمات التالية للتخفيف من تأثير فشل القلب والتعايش معه :

- المحافظة على وزن صحي؛ لتقليل العبء على القلب.
- الحرص على متابعة الوزن كل صباح، ومناقشة الوزن المثالي مع الطبيب.
- ممارسة التمارين الرياضية تبعاً لنصائح الطبيب .
- تناول الغذاء الصحي قليل الملح وغني بالفاكهة والخضراوات و الابتعاد عن الطعام الغني بالدهون .
- الالتزام بكمية السوائل حسب توصيات الطبيب.
- التأكد من الحصول على قسط كافٍ من النوم.
- الابتعاد عن التوتر .
- الإقلاع عن التدخين والكحول .
- إذا كان السبب هو أحد العلاجات الدوائية فيجب مناقشة الأمر مع الطبيب المختص وتغيير العلاج لعلاج يتلائم مع وضع المريض الصحي .
- المحافظة على زيارات المتابعة مع الطبيب والتأكد من حمل البطاقة الطبية في حالات الطوارئ.
- الحرص على أخذ اللقاحات اللازمة (مثل: الإنفلونزا الموسمية، والمكورات الرئوية).

من الطرق المستخدمة للوقاية من فشل القلب علاج الحالات التي يمكن أن تسببه والسيطرة عليها. وتشمل هذه الحالات مرض الشريان التاجي وارتفاع ضغط الدم والسكري والسمنة. وتكمن الوقاية من فشل القلب باتباع تغييرات نمط الحياة نفسها المستخدمة للسيطرة عليه. جرّب هذه النصائح المفيدة لصحة القلب:



مخطط المتابعة الذاتية لمرضى قصور قصور القلب



مخطط المتابعة الذاتية لمرضى قصور عضلة القلب

كن حذراً:
إنتبه

زيادة في الوزن الجاف (عند الاستيقاظ من النوم، و قبل تناول الإفطار) أكثر من ٢ كجم على مدار يومين



شعور بضيق في التنفس أكثر من المعتاد مع القيام بالنشاط اليومي الإعتيادي



زيادة في تورم القدمين، أو الكاحلين أو الرجلين



سعال جاف



زيادة في ضيق التنفس أثناء الاستلقاء وصعوبة النوم , عدم ارتياح أو انتفاخ بالبطن



التوصية: راجع الطبيب بصفة عاجلة +/- قد تكون بحاجة للتغيير بالخطة العلاجية

مخطط المتابعة الذاتية لمرضى قصور عضلة القلب

تحذير:
أعراضك في
تدهور

سعال جاف متكرر



زيادة في صعوبة التنفس حتى
أثناء الجلوس و الاسترخاء



زيادة في الوزن الجاف (عند الاستيقاظ
من النوم، و قبل تناول الإفطار)
ب ١,٥ كجم خلال ٢٤ ساعة فقط



صعوبة بالتفكير بوضوح
أو شعور بالتشويش



سعال جاف



زيادة ملحوظة في التورم
بالجزء السفلي من الجسم



فقدان الشهية



العجز عن الإستلقاء على الظهر
و زيادة في اضطراب النوم



التوصية: أنت بحاجة لعناية طبية طارئة
توجه مباشرة لمركز الطوارئ بالمستشفى