

## النوبة القلبية والذبحة الصدرية

توجه إلى أقرب مركز صحي أو اتصل بالرقم 112.

### إذا أصبت بأزمة من قبل

يجب على المرضى المصابين بالذبحة الصدرية أو الذين أصيبوا بنوبة قلب حمل النيتروغليسرين دائما في جيبهم. كما يجب حفظ النيتروغليسرين بعيدا عن الضوء في علبة بلاستيكية وفي خال عدم اتخاذ هذه الاحتياطات يجب استبداله كل 6 أشهر.

الاستخدام المتكرر للنيتروغليسرين لا يسبب التعود ولا يقلل من فعاليته. كما أن بعض المرضى يشعرون بالصداع أو الدوخة بسبب انخفاض ضغط الدم، لكن يجب استعماله عند الحاجة حتى لو سبب هذه الأعراض.



إذا ظهر الألم اجلس وضع حبة نيتروغليسرين تحت اللسان أو إذا كان على شكل بخاخ استعمالها مرتين دون بلع اللعاب. كرر بعد 5-10 دقائق إذا استمر الألم.

إذا لم يختفي الألم بعد تناول 3 حبات (واحدة كل 5 دقائق) أو 6 حبات (20-30 دقيقة)، فاتصل بالإسعاف على الرقم 112.

إذا خف الألم، اشرح لطبيبك في زيارتك القادمة بما حدث وكيف كانت النوبة.

يجب على المصابين بأمراض القلب عدم التدخين مطلقا. كما يجب الحفاظ على مراقبة ضغط الدم ومستويات الكوليسترول. ويجب تجنب السمنة عبر اتباع نظام غذائي صحي وتجنب قلة الحركة وممارسة التمارين الرياضية بانتظام.

القلب هو العضو الذي يضخ الدم ليدور في الجسم. وهو مكون من عضلة تسمى عضلة القلب. هذه العضلة تحتاج أيضا إلى أن يصلها بالدم الخاص بها. فإذا انسدت الشرايين (التاجية) التي تزودها بالدم، فإن جزءا من القلب يبقى بلا أوكسجين.

إذا كانت فترة انقطاع تدفق الدم عبر الشرايين قصيرة فمن المحتمل ألا يحدث أي ضرر في القلب. وتسمى هذه الحالة *الذبحة الصدرية*. أما إذا استمر نقص الدم فستحدث نوبة قلبية قد تترك أثرا لا تشفى في القلب. ويقوم باقي القلب بالعمل للتعويض عن هذا الضرر.

### الأعراض

يظهر ألم وسط الصدر، مثل ثقل أو ضغط، وقد يمتد أحيانا إلى الذراع أو الظهر أو الفك. وقد تصاحبه أيضا أعراض مثال: الشعور بالتوعك، التعرق، الغثيان أو التقيؤ.

النساء وكبار السن ومرضى السكري قد يظهرون أعراضا مختلفة، مثال ألم صدري مختلف أو ضيق في التنفس أو تعب أو خفقان أو إغماء أو ألم في الجزء العلوي من البطن، مما قد يجعل التشخيص أكثر صعوبة.

### كيف يتم التشخيص؟

من خلال الأعراض التي يصفها المرضى وبواسطة تخطيط القلب الكهربائي وفحص الدم. يسجل تخطيط القلب نشاط القلب على ورق، ويتغير شكله عند الإصابة بنوبة قلبية أو ذبحة صدرية. في تلك اللحظة.

### ماذا يجب أن تفعل إذا شعرت بالألم؟

اترك الشيء الذي تقوم به واجلس بهدوء. حافظ على هدوئك.

المؤلفون: لويس كويسارت، جوديث مونيوث، مجموعة أمراض القلب CAMFiC.

المراجعة العلمية و: مجموعة أمراض القلب CAMFiC  
المراجعة المطبعية: مجموعة التربية الصحية CAMFiC

ترجمة: Quasar Serveis d'Imatge  
الرسوم التوضيحية: فيرونیکا مونتيفيريدي.