

## محروس: ممارسة الرياضة والإقلاع عن التدخين للوقاية من الأزمات القلبية البحوة خلال احتفال «السلام الدولي» باليوم العالمي للقلب: 40% نسبة الوفيات بأمراض القلب والشرايين في الكويت

مخاطر التعرض لأمراض تصلب الشرايين، مشيراً إلى أن أمراض القلب والشرايين هي السبب الأول للوفاة بنسبة 30% من إجمالي عدد الوفيات على مستوى العالم.

وأضاف: إن طرق علاج مرض الشرايين التاجية تتمثل في توسعة مجرى الشريان عن طريق البالون ومعدلات نجاحها أصبحت مرتفعة وهي طريقة مثلى للكثيرين من مرضى القلب، مشيراً إلى أن العلاج الدوائي قد يكون خياراً وحيداً لمن لا تسمح حالتهم للخضوع لعملية جراحية أو التوسعة عن طريق البالون.

وبدوره، قال اختصاصي تعزيز الصحة د.حسن القطان إن منظمة الصحة العالمية تحتفل باليوم العالمي في 29 سبتمبر من كل عام للقلب وهي بمنزلة حملة علمية سنوية لمكافحة أمراض القلب، مشيراً إلى أن تلك الحملة تركز هذا العام على نمط الحياة الصحي للوقاية من أمراض القلب مع التركيز على النساء والأطفال.

وتابع القطان: إن من أسباب الإصابة بأمراض القلب التمدد والرفاهية والاعتماد على السلوك الغذائي غير السليم، مشيراً إلى أنه في الكويت أمراض القلب والأوعية الدموية تقدر بأكثر من 40% من نسبة الوفيات، حيث بلغ معدل الوفاة 239 حالة لكل 100 ألف نسمة من سكان الكويت، بمعدل إجمالي 1195 حالة وفاة، بينما بلغت عدد وفيات الأطفال حول العالم بسبب التدخين السلبي 600 ألف طفل، مشيراً إلى ارتفاع نسبة الإصابة بأمراض القلب في الكويت بصورة عامة.



د. اسلام محروس



د. حسن القطان



د. عبير البحوة

الفورية والمزمنة كفشل القلب، الصدمة القلبية أو اضطراب نظم القلب، قد تشكل خطراً على حياة المريض، ولذا يجب الوقاية وتخفيف عوامل الخطورة من حدوث النوبة القلبية. وقال محروس إن طرق الوقاية من النوبة القلبية تتمركز في إزالة، أو تخفيف عوامل الخطورة التي تسبب النوبة القلبية من خلال الامتناع عن الإفراط في استخدام ملح الطعام والحفاظ على الوزن والإقلاع عن التدخين وممارسة النشاط البدني بصفة يومية والحفاظ على معدل ضغط الدم في نسب طبيعية وخفض الدهون وكوليسترول الدم واستخدام الأسبرين تحت إشراف الطبيب وإجراء الاختبارات والتحليلات الدورية.

وأوضح أن السمعة وفقاً لتصنيف الجمعية الطبية الأمريكية أصبحت مرضاً معترفاً به عالمياً، فهي بوابة رئيسية لعبور أمراض خطيرة، مشيراً إلى أن زيادة نسبة الدهون بالجسم تضر بصحة القلب وتتسبب في خلل بمستويات السكر والضغط والكوليسترول في الدم، ونوه إلى أهمية العمل على تخفيض مستويات الكوليسترول الضار بالدم كخطوة رئيسية لتقليل

إلى 23 مليون بحلول عام 2030. وأكدت البحوة أن أمراض القلب والشرايين هي السبب الرئيسي للوفيات على مستوى العالم، وفي الكويت تمثل 40% من الوفيات، تليها أمراض السرطان وحوادث الطرق، ناصحة المواطنين والمقيمين بضرورة تجنب المخاطر التي تؤدي إلى الإصابة بأمراض القلب، على رأسها السمعة، داعية إلى الإقلال من تناول الوجبات السريعة، والحفاظ على الوزن المثالي للجسم، مع مراعاة ممارسة الرياضة، المشي، ركوب الدراجات، والإقلاع عن التدخين، فضلاً عن المتابعة المستمرة مع اختصاصي الرعاية الصحية، لقياس السكري وضغط الدم ومستويات الكوليسترول والجلوكوز.

بدوره، شدد د.إسلام محروس على ضرورة الالتزام بتعليمات الطبيب وأخذ الجرعات العلاجية في موعدها المحدد للوقاية من النوبات القلبية، التي تتسبب في وفاة ثلث المرضى خلال شهر إلى ثلاثة أشهر من إصابة القلب، لافتاً إلى أنه بالرغم من تقدم الطب الحديث، والإدوية وأجراء القسطرة، إلا أنه لا تزال الوفاة عقب النوبة القلبية ممكنة، كما أن المضاعفات

**القطان: التمدد والرفاهية والسلوك الغذائي غير السليم من أسباب الإصابة بأمراض القلب**



حنان عبدالمعبود

احتفل مستشفى السلام الدولي باليوم العالمي للقلب لعام 2014 بتنظيم ندوة بالتعاون مع وزارة الصحة تحت عنوان «بيئة صحية لقلبك» بحضور مدير إدارة تعزيز الصحة بوزارة الصحة د.عبير البحوة، حيث حاضر اختصاصي القلب والقسطرة في المستشفى د.إسلام محروس والذي تحدث عن كيفية الحفاظ على سلامة القلب، والسمعة وعلاقتها بالمرض، والكوليسترول وأمراض الشرايين، بينما استعرض اختصاصي طب الأطفال د.حسن القطان إحصائيات عن أمراض القلب والأوعية الدموية في الكويت.

وقالت مديرة إدارة تعزيز الصحة د.عبير البحوة إن الكويت تأتي في المرتبة الـ 30 بالنسبة للدول مرتفعة الدخل حول العالم، وفقاً لإحصائيات منظمة الصحة العالمية لعام 2014، التي أكدت أن عدد الوفيات في العالم وصل إلى 1,73 مليون حالة وفاة بسبب أمراض القلب، متوقعة تضاعف هذا العدد بشكل كبير خلال السنوات المقبلة بحيث تصل



جانب من الحضور خلال احتفال مستشفى السلام باليوم العالمي للقلب

## أحمد ومها احتفلا بزفافهما في الكنانة



العروسان أحمد المحمدي ومها محمد



أحمد وخالد وريم ومنة

احتفلت الزميلة ماجدة سليمان بزواج ابنتها م.مها محمد جاد على المحاسب أحمد المحمدي الشيخ، في قاعة مارييلا في مصر بحضور حشد كبير من الأهل والأصحاب والزملاء الذين قدموا المباركة والتهنيتي بالمناسبة السعيدة وتمنوا للعروسين حياة حافلة بالسعادة والهناء، مع الدعاء لهما بأن يرزقهما الله الذرية الصالحة، ألف مبروك للعروسين وللزميلة ماجدة.



والد العروس محمد جاد وأخوانها أحمد وعبد الرحمن وخالد

## الأسبوع الأخير



لتنزيلات تصل لغاية

**60%**

الشويخ الصناعية  
خلف محطة المغرب للغسيل  
2483 8910

هابيتات  
habitat

