

د. وائل المحميد
استشاري أمراض القلب



د. وائل المحميد لـ «الأنباء»: أمراض القلب أخطر بـ 7 مرات من السرطان ولتفاديها يجب الابتعاد عن التدخين والسمنة والكوليسترول

كتبت: زينب أبو سويدو

تعتبر أمراض القلب والشرايين السبب الأول للوفيات على مستوى العالم، ويبلغ عدد الذين يصابون بالجلطات أو بضعف عضلة القلب أضعاف من يصابون بالسرطان والأمراض الأخرى، ومن المهم التذكير بأن ارتفاع الكوليسترول في الدم، وكذلك ارتفاع ضغط الدم، يعتبران من أمراض القلب والشرايين. وخلال لقائنا مع استشاري أمراض القلب ورئيس قسم القلب ونائب رئيس إدارة الخدمات الطبية في مدينة الشيخ خليفة الطبية في أبوظبي في الإمارات العربية المتحدة، د. وائل المحميد، أثناء استضافته في الكويت في إطار اللقاء السنوي الثاني عشر لجمعية القلب الخليجية والمؤتمر الرابع لجمعية القلب الكويتية، أكد أن أكثر الأمراض شيوعاً هي ارتفاع كوليسترول الدم، ثم يأتي مرض السكري في المرتبة الثانية ثم ارتفاع ضغط الدم، ناصحاً الجميع بالابتعاد عن التدخين وتجنب السمنة، ومراقبة الكوليسترول والحرص على عدم ارتفاعه، لتفادي الإصابة بالجلطات وأمراض القلب.

وحول سبل علاج الجلطة أوضح أن هناك طريقتين للعلاج الأولى بواسطة العقاقير والأدوية التي تمنع تخثر الدم، والثانية بالقسطرة الوريدية وحول علاقة زواج الأقارب بالإصابة بالأمراض القلبية، أوضح أنه قد يسبب أمراضاً وراثية وجينية، لكن ليست له علاقة بأمراض القلب والشرايين. وعن إمكانية الحمل عند النساء المصابات بأمراض القلب أوضح أنه يستطعن الحمل، لكن لا بد أن يخضعن لإشراف طبيب مختص طوال فترة الحمل. كما شدد على أن بعض الأمراض المزمنة قد تؤدي إلى ضعف عضلة القلب بسبب ما ينتج عنها من نقص في التروية الدموية أو نقص في المغذيات، فإلى تفاصيل اللقاء:

العمر، والعمر الذي يحدث فيه تجديد في عضلة القلب هو سن العشرين إلى الأربعين لذلك نرى أن الرياضيين يكونون في أوج عطائهم في هذه السن.

ضعف عضلة القلب

كذلك مع تقدم الإنسان في العمر، تبدأ عضلة القلب في الضعف كما أن التهاب عضلة القلب من أبرز أسباب ضعف عضلة القلب.

الحمل من بين أكثر أسباب ضعف عضلة القلب، فآثناء وبعد الحمل تكون الهرمونات عالية في الدم حيث تؤدي إلى نقص الحديد في الدم.

وحدوث الأنيميا والتي يمكن أن تقود إلى الشعور بضعف عضلة القلب، وهو أمر طبيعي جداً أثناء فترة الحمل، لذلك يجب الحذر جيداً من النشاط البدني.

أيضاً بعض الأمراض المزمنة التي تصيب الجسم تؤدي إلى ضعف عضلة القلب نتيجة نقص الدم والمغذيات التي تعزز أداء عضلة القلب مثل أمراض الأوعية الدموية الطرفية. ويمكن أن تكون أحد أسباب ضعف عضلة القلب بعض المشاكل النفسية والعصبية التي تؤثر على عمل عضلة القلب.

وأخيراً إصابة عضلة القلب مباشرة حيث يمكن أن تتعرض عضلة القلب إلى صدمة أو إصابة نتيجة الانسواء أو الضرب المباشر، حيث يحدث نزيف في ألياف عضلة القلب ويحدث تورم والتهاب.

ويتنام ليلة. أما القسطرة عن طريق اليد، فالمرضى يمكث ثلاث أو أربع ساعات، ويغادر المستشفى فهذه الطريقة أسرع بالنسبة للمريض وأسهل ونسبة الخطورة فيها أقل من القسطرة الأخرى.

ما أهم طرق معالجة ضعف عضلة القلب؟

● علاج ضعف عضلة القلب يكون بالحجوب والعقاقير وإذا لم تنفع فهناك زراعة القلب في بعض حالات نادرة وتوجد حالياً الأجهزة الصناعية، ويعتبرها جسراً قبل العلاج بالزراعة فهناك مرضى في الكويت والإمارات يعيشون بأجهزة صناعية مركبة وينتظرون زراعة القلب.

ما أكثر الحالات تعقيداً من بين الحالات التي عالجتها؟

● هناك حالات كثيرة عالجتها فمن الحالات السهلة التي كنا نراها في السابق، حالات تكون متوسطية العمر والشباب لأنه ليست لديهم أمراض أخرى، أما ما بدأنا نراه حالياً مع زيادة أعداد الكبار في السن فهناك حالات معقدة لأن كبار السن لا يشكون فقط من مرض القلب، فربما لديهم مرض الكلى أو مرض الرئة، أو السكري وغير ذلك من الأمراض الكفية.

علاجات متضاربة

فنعندما تكون لدى المريض أمراض كثيرة، لأمراض القلب، يكون هذا الأمر صعباً والعلاج أيضاً يكون صعباً لأن بعض العلاجات يمكن أن تؤثر على الكلى، وبعض علاجات الكلى ربما تؤثر على القلب فيجب أن تتم موازنة الإيجابية والسلبية في العلاج.

هل يمكن أن ترتب لنا مسببات أمراض القلب حسب الأولوية للرجل والمرأة؟

● أكثر مرض شائع في المنطقة بالنسبة للمرأة والرجل هو الكوليسترول المرتفع يأتي والشدشة فكلها مضره وبعدها ضغط الدم المرتفع.

هل هناك سن معينة لدى الإنسان تضعف معه عضلة القلب؟

● لا توجد سن معينة، إنما أسباب منها أسلوب الحياة الكسول فمن أبرز أسباب ضعف عضلة القلب هو غياب النشاط البدني، وإذا لم تستخدم ألياف عضلة القلب، فإنها غالباً ما تمتلئ بالدهون ويمكن أن يسبب هذا تلف العضلة في النهاية، ويشعر هؤلاء الناس بالتعب عند بذل أقل مجهود بدني، ويحدث هذا بوضوح مع التقدم في

المنجنية ومرض الفول وليست له علاقة بأمراض الشرايين.

كيف تعرف الام ان طفلك لديه ثقب في قلبه؟

● عادة عندما يولد الطفل بالمستشفى يفحص، اذا كان به ثقب ام لا عن طريق السماعه او عن طريق الاشعة فوق الصوتية، واذا لم يشخص فعندما يذهب الطفل للمدرسة يجرى له فحص عن طريق سماع صدره، فاذا سمع الطبيب صوتاً بالقلب يحوله إلى دكتور القلب، ولكن اذا خشيت الام على ابنها تصطحبه الى دكتور قلب لاجراء الاشعة فوق الصوتية.

ما سبب برودة الاطراف بشكل دائم؟

● برودة الاطراف متعلقة عادة بأمراض روماتيزمية وليست بأمراض قلبية، لكن هناك من يعاني من برودة اطراف غير متعلقة بالأمراض الروماتيزمية وهي عامة وليست لها علاقة بأمراض القلب.

هل شرب الماء كثيراً مضر لمرضى ارتفاع ضغط الدم؟

● ليس مضر لهم ولكن ما يضرهم هو الملح وتقليل الضغط عليهم بتناول المواد التي تحتوي على الكالسيوم مثل الموز، والشمام والبطيخ.

قسطرة اليد

القسطرة عن طريق اليد «شريان الرسغ» ما إيجابياتها؟

● هذه تقنية جديدة، وهي القسطرة عن طريق اليد وميزتها أن مشاكلها الجانبية أقل أي نسبة النزيف والأهم أن المريض يمكنه الذهاب للبيت في اليوم نفسه في السابق كان المريض يمكث خمس أو ست ساعات في المستشفى

ويتنظرون يوماً او يومين قبل الذهاب للمستشفى، فالتشخيص يكون متاخراً، بينما الرجل اذا اشتكى من شيء يذهب مباشرة إلى الطبيب، فيجب على السيدة المحافظة على صحتها وعند شعورها بأي ألم يجب الاسراع للطبيب.

مریضة القلب.. والحمل

هل تمنع المرأة التي تعاني من مشكلة في القلب من الإنجاب؟

● لدي عيادة في الإمارات فريدة من نوعها، اسمها «أمراض القلب للحوامل»، وأنا احاول تشجيع زملاتي بإنشاء عيادة مثلها وهي مكونة من طبيب قلب متخصص بأمراض القلب في النساء وهناك أيضاً دكتورة أمراض نساء وولادة وديكتور تخدير وديكتور باطني متخصص بأمراض الباطنية عند الحوامل، وهي عيادة متعددة التخصصات نفتحها مرة كل شهر، لأن المريضة التي تعاني من أمراض في القلب وتكون حاملاً مشاكلها تختلف باختصاصي معين.

فيمكن للمرأة ان تحمل ولكن يجب ان يتابعها طبيب مختص بأمراض القلب للحوامل، لأن الحمل نفسه يزيد من نسبة الخطورة لأي امرأة لديها مرض بالقلب، لأن كمية الدم في الجسم تكون مرتفعة، وهناك فقط ثلاثة او اربعة تشخيصات تمنع الحمل عن السيدة التي تعاني من مشكلة في القلب بالنسبة لبعض الأمراض النادرة.

زواج الأقارب

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

الأمراض الشائعة لدى النساء هي أمراض السرطان في الثدي والسرطان في الحوض والرحم. وهذه معلومة خاطئة فأمراض القلب أكثر من سبعة أضعاف السرطان لدى النساء، وهي السبب الأول في الوفاة وبعدها السرطان ولكن يركز الإعلام على السرطان أكثر من أمراض القلب فيعتقد معظم الناس أن السرطان هو سبب الوفيات.

النساء محميات

السيدات لديهن نوع من الحماية في فترة قبل سن اليأس وبعد سن اليأس تكون نسبة أمراض القلب كالرجل. فالهرمونات تعطي مناعة للسيدة في فترة الحيض، والسيدة المدخنة أو التي تعاني من السكر أو البدانة أو الكوليسترول المرتفع يمكن أن تصاب بأمراض القلب، كالرجال لأن الحماية من الهرمونات الأنثوية لم تعد موجودة، بعد سن اليأس.

هناك مشاكل بالنسبة لأمراض القلب السيدات، إذا قارناهن بالرجال، فأعراض أمراض القلب في السيدات تختلف عن الرجال فيمكن أن تشتهي السيدة من دوخة أو ألم خفيف أو خفقان ولا تشتهي من الأعراض الكلاسيكية، وهي ألم في الصدر فائق يصعد للرقبة أو الكتف فهذه أول مشكلة.

المشكلة الثانية أن الأطباء لدينا لا يعطون أهمية لأمراض القلب عند السيدات فمثلاً إذا جاءت السيدة في الطوارئ لديها هبوط أو خفقان يستبعدون أن يكون لديها مرض في القلب، فالتشخيص يكون متاخراً أو لا يشخص لأن الأعراض مختلفة، فالطبيب يري امرأة تشكو من دوخة أو ألم، فالسيدات يتأخرن عندما يذهبن للطبيب لأنهن دائماً مشغولات بالإنزول واموره

جلطة كبيرة يمكن أن يتحول إلى مركز تاهيل لأمراض القلب، ويبدأ برنامجاً رياضياً بالتدريج بإشراف دكتور.

السمنة عدوة القلب

ما تأثير السمنة على أمراض القلب؟

● السمنة كما ذكرت من العناصر الخطرة لأمراض القلب كالسكري والضغط وعلاقتها بالقلب غير مباشرة فهي تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم الذي يؤدي إلى أمراض القلب والسمنة ومن ثم إلى مرض السكري الذي يؤدي لمشاكل في الكوليسترول والدهون الثلاثية فالعلاقة بينهما غير مباشرة ولكن بالنهاية تؤدي إلى أمراض القلب.

هل يمكن إجراء عمليات استبدال صمام القلب عن طريق القسطرة؟

● نعم فالصمامان اللذان يجري لهما علاج عن طريق القسطرة حالياً هما صمام الأبهرة والايورتيك وهناك صمام آخر اسمه المايترالي والابهرة حالياً يتبدل عن طريق القسطرة وهذا أصبح متوافراً في المنطقة ككل في الكويت والإمارات وبعض المراكز الكبيرة للصمام الضيق فيمكن تبديله عن طريق القسطرة.

علاج هذه الحالات بالعملية أو القلب المفتوح به خطورة لذلك نحول المريض للعلاج بالقسطرة.

والصمام الميترالي مازال بالأبحاث وغير شائع، إنما الصمام الأبهري هو الشائع.

كيف يمكن تفادي الإصابة بالجلطات؟

● أن يعيش الإنسان نمط حياة صحياً، بأن يبتعد عن العناصر التي تؤدي إلى أمراض القلب، وهي التدخين والسمنة والكوليسترول العالي وضغط الدم المرتفع وقلة الحركة، فكل هذه العناصر عناصر خطورة على القلب وتسبب تصلب الشرايين وفي النهاية تسبب الجلطة، فالوقاية من النوبة القلبية هي تفادي هذه العناصر وإذا كانت موجودة نعالجها وإذا لم يكن هناك عناصر ممارسة الرياضة ثلاث مرات في الاسبوع على الأقل عشرين دقيقة وتناول مأكولات صحية بالإختار من الفواكه والخضراوات، والتقليل من اللحوم والتقليل من الوجبات السريعة والمشروبات الغازية.

ما الحلول التي يمكن اعتمادها في حال التعرض لنذبة قلبية؟

● أعراض النذبة القلبية هي ألم في الصدر يصعد إلى الكتف أحياناً أو إلى الذراع فأهم شيء عند التعرض لنذبة قلبية هو الذهاب إلى أقرب مستشفى بها علاج لأمراض القلب وهناك نوعان من العلاج عند حدوث الجلطة أولهما العلاج بأدوية عدم تخثر الدم والعلاج الثاني هو القسطرة.

معظم المستشفيات لديها علاج بالأدوية وبعض المستشفيات لديها العلاج بالقسطرة والشئ المهم أننا كلما أسرعنا بعلاج الجلطة كلما كان الضرر أقل.

تجنب الجلطة

فإذا حضر المريض إلى المستشفى بعد ساعة أفضل من ميجته بعد خمس أو ست ساعات، وهناك من يأتي بعد مرور اثنتي عشرة ساعة وتكون الجلطة قد حدثت فلذلك عند الشعور بألم في الصدر لا بد من الذهاب في الحال إلى الطوارئ أو طلب الإسعاف.

وللأسف، وجدنا في الإحصائيات أن 17٪ من الناس يستخدمون الإسعاف، يأخذون سياراتهم ويذهبون إلى عيادة صغيرة، ثم يحولون إلى مستشفى آخر ويكون هناك تعطيل للعلاج.

ما أهمية الرياضة بالنسبة لمرضى القلب؟

● الرياضة مهمة جداً، فهي وقاية وعلاج، فالصاحب بمرض القلب يجب أن يستمر في ممارسة الرياضة، وهناك من يعتقد أن ممارسة الرياضة يجب أن تقل بعد حدوث الجلطة أو أمراض القلب، بل يجب أن يمارس المريض حياته بعد إصابته بالجلطة ويمارس الرياضة.

فممارسة الرياضة مهمة بعد الأزمة، وإذا أصيب المريض

بجلطة كبيرة يمكن أن يتحول إلى مركز تاهيل لأمراض القلب، ويبدأ برنامجاً رياضياً بالتدريج بإشراف دكتور.

السمنة عدوة القلب

ما تأثير السمنة على أمراض القلب؟

● السمنة كما ذكرت من العناصر الخطرة لأمراض القلب كالسكري والضغط وعلاقتها بالقلب غير مباشرة فهي تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم الذي يؤدي إلى أمراض القلب والسمنة ومن ثم إلى مرض السكري الذي يؤدي لمشاكل في الكوليسترول والدهون الثلاثية فالعلاقة بينهما غير مباشرة ولكن بالنهاية تؤدي إلى أمراض القلب.

هل يمكن إجراء عمليات استبدال صمام القلب عن طريق القسطرة؟

● نعم فالصمامان اللذان يجري لهما علاج عن طريق القسطرة حالياً هما صمام الأبهرة والايورتيك وهناك صمام آخر اسمه المايترالي والابهرة حالياً يتبدل عن طريق القسطرة وهذا أصبح متوافراً في المنطقة ككل في الكويت والإمارات وبعض المراكز الكبيرة للصمام الضيق فيمكن تبديله عن طريق القسطرة.

علاج هذه الحالات بالعملية أو القلب المفتوح به خطورة لذلك نحول المريض للعلاج بالقسطرة.

والصمام الميترالي مازال بالأبحاث وغير شائع، إنما الصمام الأبهري هو الشائع.

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا

هل هناك علاقة بين زواج الأقارب وامراض القلب؟

● زواج الأقارب له علاقة بأمراض وراثية أكثر أو أمراض جينية مثل التلاسيميا وسكرسل وسكلر والانيميا



د. وائل المحميد يتحدثان للزميلة زينب أبو سويدو (أحمد علي)