

يجب على النساء المصابات بعوامل خطر الإصابة بأمراض القلب البدء بخطة وقائية قبل إنقطاع الطمث

11 يوليو، 2017

ضابط اتصال وسائل الإعلام

جورج كوفاتشيك



يجب على النساء اللواتي تتوفر لديهن عوامل خطر الإصابة بأمراض القلب ، مثل ارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول ، ولديهن تاريخ عائلي لأمراض القلب ، البدء بحوار مع طبيب الرعاية الأولية في الأربعينيات من عمرهن حتى يتمكن من بدء نظام وقائي يحافظ على صحتهم.

قالت كارلا كوريلماير ، طبيبة القلب في مركز ديبكي لأمراض القلب والأوعية الدموية في مستشفى هيوستن ميثوديست: "تعاني النساء من انتشار منخفض للمرض لحين انقطاع الطمث لدرجة أنني أشعر بأن العديد من الأطباء يتجاهلون أمراض القلب لدى النساء حتى يصلن إلى الخمسينيات والستينيات من العمر". "يجب أن تعي النساء اللواتي لديهن عوامل الخطر بأهمية تفادي الخطر قبل وقوعه وإتباع عوامل وقائية عشر سنوات قبل الإصابة بالمرض ، ولكن للأسف ، هناك الكثير منهن يكن قد تأخرن إلى أن يتم فحصهن."

تقول كوريلماير بأن التحدث إلى أطبائهم حول تاريخ العائلة مهم جداً بالنسبة للنساء ، خاصة إذا مات أحد أفراد الأسرة بسبب المرض في سن مبكرة. وتضيف أنه يجب عليهن أيضاً مراقبة ضغط الدم والكوليسترول بانتظام ، ووضع خطة للتمارين الرياضية والتغذية ، وإذا كن من المدخنات ، فيجب عليهن التوقف عن التدخين. كذلك ، يجب أن يبدأن في رؤية طبيب القلب عندما يبلغن سن الخمسين.

"في تلك الفترة، يمكننا البدء في إجراء فحوصات القلب ، وتقييم مخاطرهن بناءً على العوامل الوراثية ، واتخاذ الإجراءات اللازمة لإبقائهن على المسار الصحيح". قالت كوريلماير "كما يجب على النساء اللواتي لديهن مخاطر الإصابة بأمراض القلب المذكورة أعلاه أن يتعاملن مع ذلك كما يفعلن فيما يخص التصوير الشعاعي لفحص الثدي ، ويتم فحصهن مرة واحدة على الأقل في السنة."

أظهر استطلاع حديث نشر في مجلة الكلية الأمريكية لأمراض القلب أن ما يقرب من نصف النساء في الولايات المتحدة ، لا يعرفن أن أمراض القلب هي السبب الرئيسي للوفاة بين النساء. بالإضافة إلى ذلك ، وجد بأن 74 في المائة من النساء اللواتي شملتهن الدراسة لديهن عامل خطر واحد على الأقل من أمراض القلب ، لكن 16 في المائة فقط أخبرن طبيبهن بذلك.

وأشار المسح أيضاً إلى أن 22 بالمائة فقط من أطباء الرعاية الأولية شعروا بأن لديهم إستعداد لتقييم خطر إصابة المرأة بأمراض القلب . تقول الدكتورة كوريلماير: "إذا لم يكن طبيبك مرتاحاً ، فاطلبي إحالتك إلى طبيب قلب."

من المهم أن تعرفين بأن مشاكل القلب لدى النساء لا يمكن التعرف عليها كما هي عند الرجال. تشمل بعض أعراض النساء ما يلي:

- ضعف شديد أو قلق أو ضيق في التنفس.
- ألانزعاج أو الضغط أو الثقل أو الألم في الصدر أو الذراع تحت عظمة الصدر أو في منتصف الظهر.
- التعرق والغثيان والقيء والدوخة.
- ألامتلاء وعسر الهضم وضيق في منطقة الحلق.
- ضربات القلب السريعة أو غير المنتظمة.

الخرافة القائلة بأن مرض القلب هو مرض الرجل، هي بحد ذاتها، مجرد خرافة. لقد حان الوقت الآن لكي تترك النساء أنهن يمكن أن يقعن ضحايا لهذا المرض. قالت الدكتورة كوريلماير "إذا تمكنت المرأة من أن تسبق المرض سنوات قبل حدوثه ، فإنها تمنح نفسها فرصة أفضل بكثير للتغلب عليه."

لمعرفة المزيد عن مستشفى هيوستن ميثوديست ، تفضل بزيارتنا عبر الإنترنت أو اتصل على 713.790.3333. تابعنا على تويتر والفيس بوك.