



الصورة: Andreas P / Fotolia ©

فشل القلب – المهم بالنسبة لك

عزيزتي المريضة، عزيزي المريض،

يكون فشل القلب في غالب الأحيان نتيجة أمراض أخرى، مثل ارتفاع ضغط الدم أو بعد الإصابة بجلطة قلبية. تخص هذه المعلومات الرجال والنساء الذين يعانون من داء فشل القلب، وأيضا أقربائهم والأشخاص المحيطين بهم. سوف يكون من السهل عليك مواجهة مرضك، إذا عرفت المزيد عنه.

الأعراض

الأعراض المحتملة لفشل القلب:

- التعب والإرهاق بشكل عام
- نقص في القدرة على التحمل
- ضيق التنفس
- تجمع السوائل في الجسم، مثلاً في الكاحلين أو الساقين

قد تصبح الجوارب أو الأحزمة ضيقة نتيجة تجمع السوائل في الجسم. قد تتجمع السوائل أيضاً في أماكن أخرى من الجسم – مثلاً في منطقة الأعضاء التناسلية. من المحتمل أن يشعر المريض بضيق في التنفس عند القيام بأنشطة بسيطة. إذ أن هذا الأمر لا يشكل خطراً في اغلب الأحيان وغالباً ما يمكن معالجته بشكل جيد. قد يظهر – إضافة إلى ذلك – السعال الجاف أو الإلحاح البولي في الليل أو نوبات الدوار. تظهر عند بعض المرضى واحدة فقط من هذه العلامات، بينما تظهر علامات متعددة لدى آخرين.

غالباً ما يحصل المصابون على فحوصات مختلفة بهدف تشخيص فشل القلب، مثلاً فحص الدم، وتخطيط القلب الكهربائي، وفحص القلب بالموجات الصوتية (أيكو القلب).

العلاج

يساهم تعاملك الخاص مع المرض في الزيادة من فرص نجاح العلاج، خاصة عندما يكون عن طريق القيام بتدريب جسدية. يختلف العلاج بحسب مدى شدة فشل القلب. ينصح الاختصاصيون معظم المصابين بتناول العديد من الأدوية، ولكن من المهم أن تخبر طبيبتك أو طبيبك فوراً بالأعراض الثانوية التي قد تظهر.

قد يكون من الأفضل – في بعض الحالات المرضية – أن يتم أيضاً اللجوء إلى العلاج بواسطة جهاز تنظيم ضربات القلب. بحيث أن هذا الأخير يساعد على تنظيم وظيفة البطينان. قد تخضع إضافة إلى ذلك إلى عملية زرع جهاز كهربائي صغير. يراقب هذا الأخير تواتر ضربات القلب ويعمل في الحالات الطارئة على توليد إشارة كهربائية تلقائياً. إلا أنه لا يقوم بالتخفيف من أعراض فشل القلب.

في لمحة واحدة: فشل القلب

- يعاني كل خامس شخص – تقريباً – من بين البالغين أكثر من 75 سنة من فشل القلب.
- نتحدث عن فشل القلب عندما يعجز القلب عن الضخ كما ينبغي. إذ يكون الجسم نتيجة ذلك غير مزود بالأكسجين بما فيه الكفاية.
- قد تكون من بين الإشارات النموذجية للإصابة بفشل القلب ما يلي: ضيق التنفس، التعب، الإرهاق، ضعف القدرة على التحمل، ظهور وذمات.
- يعتبر كل من اتباع أسلوب حياة صحي وتناول الأدوية جزءاً لا يتجزأ من العلاج. هناك من بين المصابين من يكون ملزماً – إضافة إلى ذلك – باستعمال منظم اصطناعي مُحَدَّد لضربات القلب.

ما هو فشل القلب؟

القلب عبارة عن عضلة مجوفة بحجم يقارب قبضة اليد. تتميز الجدران العضلية بالصلابة حتى يتمكن القلب من تأدية مهمته كمضخة. يتم عند كل دقة قلب ضخ الدم من القلب إلى الجسم. يطلق الاختصاصيون على فشل القلب المصطلح الطبي قُصُور القلب. نتحدث عن قصور القلب عندما يعجز القلب عن ضخ الدم إلى الجسم بشكل كافي. ونتيجة لذلك فإن كمية الأكسجين في الجسم تكون ضئيلة مما ينتج عنه ظهور أعراض.

◀ ما يجب عليك الانتباه إليه

يمكن لأعراض فشل القلب أن تتغير. قد يضاف إلى مراحل المرض المستقرة ظهور مراحل مرض غير ثابتة. من الضروري أن تخبر طبيبك أو طبيبك إذا لاحظت ظهور العلامات التالية للمرة الأولى أو في حالة تدهور حالتك:

- ازدياد وزنك – عند المراقبة اليومية له – بما يفوق 2,5 كلغ خلال أسبوع واحد
- ظهور وذمات في منطقة الكاحلين أو الساقين
- تسرع القلب الانتيابي
- تباطؤ ضربات القلب لمدة زمنية قصيرة أو ظهور نبض غير منتظم لبعض دقائق
- الإحساس بالآلام أو بالضيق في منطقة الصدر
- السعال الدائم
- الإصابة باللهاث بشكل أسرع من المعتاد
- الإضطرار إلى الجلوس بظهرٍ منتصبٍ على الكرسي لتسهيل التنفس.
- الحاجة في الليل إلى أكثر من وسادة واحدة

◀ ما يمكنك القيام به بنفسك

- تعتبر الرياضة والأنشطة البدنية الأخرى ذات فائدة كبيرة على صحة العديد من المرضى. حيث تساعد على التخفيف من الآلام. ينصحك الاختصاصيون بممارسة الرياضة بشكل منتظم قدر المستطاع. يمكنك أيضا الانخراط في مجموعة تمارس الرياضة الخاصة بالقلب. إسأل طاقمك المعالج – من الأفضل مُسبقًا – لتتأكد من عدم تواجد مانع صحي لذلك.

◀ المزيد من المعلومات

مصادر، المُنهجيّات و روابط إضافية

ترتكز هذه المعلومات الخاصة بالمريض على معارف علمية حديثة للإرشادات الوطنية للرعاية الخاصة بالقصور القلبي المزمن. يتم دعم برنامج إرشادات الرعاية الوطنية من طرف كل من الجمعية الطبية الألمانية، والإتحاد الفدرالي لصناديق تأمين الأطباء، واتحاد الجمعيات المهنية الطبية العلمية.

مُنهجيّات ومصادر: www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/herzschwaeche

ورقات استعلامية أخرى خاصة بالمريض حول موضوع فشل القلب: www.patinfo.org

الإتصال بمجموعات مساعدة الذات

للتعرف على منظمة مساعدة الذات بالقرب منك، الإتصال ب NAKOS (المصلحة الوطنية للمعلومات الخاصة بتشجيع و مساعدة مجموعات مساعدة الذات): www.nakos.de، الهاتف: 030 3101 8960

النسخة 2، 2019. DOI: 10.6101/AZQ/000439

مع أطيب التحيات

مسؤول عن المضمون:

مركز الأطباء للجودة في الطب (ÄZQ)

مركز مشترك بين KBV و BÄK

الإيميل: 030 4005-2555

الإيميل/الموظف المكلف: patienteninformation@azq.de

www.patinfo.org

www.azq.de

