

آقای دکتر محسن کفاشی متخصص قلب و عروق از دانشگاه علوم پزشکی ایران از سال ۱۳۹۶ با مرکز بهداشت صنعتی و سلامت کارکنان

همکاری دارند. ایشان در جلسه ای مورخ ۰۶/۲۹/۱۴۰۰ به سوالات مطرح شده همکاران شرکت ارتباطات زیرساخت در خصوص

بیماری های قلبی عروقی و بیماری های مرتبط پاسخ ارائه نمودند که مشروح این جلسه پرسش و پاسخ به شرح ذیل می باشد:

۱- در کسانی که در خانواده شان (پدر و مادر) سابقه بیماری های قلبی عروقی وجود دارد، آیا جهت

پیشگیری و شناسایی وراثتی نیاز به تست یا آزمایش خاصی وجود دارد؟ در چه سنی باید انجام شود؟

پاسخ: در بیماری های عروق کرونر در والدین (اگر والدین در کمتر از ۶۰ سال به بیماری مبتلا شده اند) فرزندان باید

از شروع سن ۴۰ سالگی به متخصص قلب و عروق جهت بررسی عملکرد و سلامت قلبی مراجعه نمایند.

۲- الف- گاهی درد در قفسه سینه دارم، سال گذشته تست ورزش و گاما اسکن انجام داده ام ولی

گرفتگی عروق ندارم اما همچنان این مشکل وجود دارد. آیا نیاز به انجام تست خاصی دارم؟ بازه

زمانی انجام تست ها را بفرمایید؟

پاسخ: ضروری است سی تی آنژیوگرافی انجام شود.

ب- کدامیک از عوامل ذکر شده به ترتیب برای سلامت قلب مضر می باشند؟ استرس، نمک، چربی،

قند ...

قند، چربی، فشار خون، استرس و نمک.

ج- آیا فردی که بیشترین مشکل او استرس و اضطراب می باشد و گرفتگی عروق ندارد، می تواند مثل

یک فرد نرمال از غذاهای چرب و حاوی نمک استفاده نماید؟

پاسخ: در حد کم مانعی ندارد.

۳-الف) در هنگام شب بعد از سه ساعت که از زمان خواب می گذرد با درد قفسه سینه بیدار می شوم و تا زمانی که به حالت نشسته یا نیمه نشسته باشم، این درد تا صبح ادامه دارد. آزمایش های مختلف معده انجام داده ام و چندین دوره دارو مصرف نموده ام ، آزمایشات مورد خاصی را نشان ندادند و مصرف دارو ها نیز تاثیری نداشته است لطفاً راهنمایی فرمایید که آیا این مشکل از عملکرد قلب است؟ (بعضی از پزشکان توصیه به بررسی قلب نموده اند).

پاسخ: هولتر مانیتورینگ ریتم قلب ۲۴ ساعته انجام دهید تا نتیجه آن در تشخیص بیماری یا عدم بیماری کمک کند.

ب) حدود ۹ ماه است که هر روز صبح ناشتا مقداری زردچوبه (یک قاشق مربا خوری سر خالی) را به همراه کمی فلفل سیاه، یک قاشق سرکه سیب و کمی عسل میخورم. این مخلوط تاثیر بسزایی در کاهش وزن داشته است (کاهش ۶ کیلویی) و برخی حساسیت های غذایی من جمله نفخ حاصل از فلفل دلمه ای را از بین برده است. ادامه مصرف این مخلوط آیا برای کبد یا دیگر اعضای بدن ممکن است مشکل ساز باشد یا کماکان به مصرف آن ادامه دهم؟

پاسخ: نباید اشکالی داشته باشد ولی آزمایشات بررسی کبد را به صورت دوره ای انجام دهید.

۴- دردهای قفسه سینه مدت دار و با زمان طولانی چه فرقی با دردهای کوتاه و لحظه ای دارد؟

پاسخ: دردهای فشارنده از حدود چند دقیقه تا ۱۵ دقیقه به احتمال بسیار زیاد قلبی است.

۵- حدود یک سال و نیم است که سابقه فشار خون بالا دارم و قرص والزادوک \_ اچ سی تی ۱۶۰/۱۲۰۵ روزانه یک عدد مصرف می کنم ولی در پای راست ورم احساس می کنم و به همین خاطر جوراب نمی پوشم. آیا ورم پا از قرص فشار خون می باشد یا مشکل کلیوی دارم و یا ... لطفاً راهنمایی فرمایید.

پاسخ: روزانه ۲۵ میلی گرم هیدروکلرتیازید بخورید اگر بعد از دو هفته خوب نشدید جهت معاینه و بررسی مراجعه کنید.

۶- تغذیه در بیماران با فشارخون بالا چگونه باید باشد؟

پاسخ: کم نمک و کم چربی

۷- چه ارگان‌هایی در بدن بیمار مبتلا به فشارخون بالا باید بررسی شوند؟ بازه زمانی آن را اعلام فرمایید.

پاسخ: قلب، کلیه، مغز هر ۶ ماه یکبار.

۸- از چه سنی باید سلامت قلبی فرد بررسی شود؟

پاسخ: در صورت علائم از هر سنی که علامت دارد در غیر این صورت از ۴۰ سالگی.

۹- هایپرتانسیون باعث چه بیماری‌های ثانویه در بدن می‌شود؟

پاسخ: گرفتگی عروق در قلب، حملات مغزی، کلیه و چشم.

۱۰- چکاپ قلب به طور کلی از چه سنی بهتر است شروع شود؟

پاسخ: ۳۵ تا ۴۰ سالگی.

۱۱- اصلی‌ترین کار در هنگام درد قفسه سینه در منزل کدام است؟

پاسخ: تماس با اورژانس، حفظ خونسردی، قرص زیر زبانی، اطمینان از باز بودن راه‌های هوایی، اسپرین جویدنی.

۱۲- در هنگام بروز درد قفسه سینه چه دارویی بدون دستور پزشک هم در این شرایط (تا رسیدن به مرکز درمانی)، بی‌خطر می‌باشد؟

پاسخ: ۱- قرص زیر زبانی (نیتروگلیسرین) ۲- قرص اسپرین جویدنی.

۱۳- گاهی اوقات قلبم به مدت یک ساعت تپش شدید دارد و قفسه سینه‌ام درد می‌کند و نمی‌توانم از شدت درد بخوابم. لطفاً پاسخ دهید چه کاری باید انجام داد؟

پاسخ: مراجعه به پزشک قلب و گرفتن نوار قلب و در موارد اختلال آن چک کردن آنزیم‌های قلبی اکیداً توصیه می‌شود.

۱۴- یکی از سوال های مطرح بیماران این است که جهت درمان واریس پا به پزشک متخصص قلب مراجعه شود یا جراح، آنژیوپلاستی و یا ...؟

پاسخ: باید به پزشک فوق تخصص عروق مراجعه شود که در صورت لزوم، سونوگرافی مخصوص نارسایی عروق وریدی پاها و واریس انجام شود تا بر اساس جواب سونوگرافی برای درمان تصمیم گرفته می شود.

۱۵- خانم ۲۸ ساله ای هستم مشکل نارسایی قلبی دارم. در هنگام راه رفتن یا کار سنگین دچار تنگی نفس و سرگیجه می شوم و با درد قلبی امکان فعالیت کردن برایم دشوار است. لطفاً اسپری تنفسی مناسب برای تنگی نفس معرفی کنید. به دلیل شرایط فعلی شیوع کرونا امکان مراجعه به پزشک را ندارم.

پاسخ: نارسایی قلبی شما با توجه به شرح حالی که داده اید در حال وارد شدن به مرحله جبران ناپذیری است و در صورت پیشرفت، وارد ادم حاد ریه می شود که به بروز تنگی نفس شدید می انجامد. بهتر است با رعایت پروتکل های بهداشتی به پزشک قلب مراجعه نمایید تا بررسی لازم مانند اکوکاردیوگرافی و تعدیل یا تجویز داروی جدید داده شود.

۱۶- تیر کشیدن قلب و رگ پشت گردن در هنگام ورزش غیر سنگین چه علتی می تواند داشته باشد؟

پاسخ: چون هنگام ورزش این اتفاق افتاده حتماً اکوی قلب انجام دهید.

۱۷- آیا بی حس شدن انگشتان دست چپ از مشکلات قلبی یا سکته مغزی است؟

پاسخ: این بی حسی انگشتان ارتباطی به مشکل قلبی ندارد و بهتر است به متخصص مغز و اعصاب مراجعه بفرمایید.

۱۸- آیا درد در دست چپ لزوماً به قلب و بیماری قلبی مربوط می شود؟

پاسخ: این علائم هم می تواند بیماری قلبی باشد و هم می تواند به دلیل اضطراب و استرس باشد. در هر صورت نیاز به شرح حال بیشتر است ولی حتماً باید هرچه زودتر نوار قلب گرفته شود.

۱۹- من دچار افتادگی دریچه میترال هستم. کاملاً ترسو، اجتماع گریز و بی اراده شده ام، استرس دارم چه کاری باید انجام دهم که مشکل حل شود؟

پاسخ: افتادگی دریچه میترال در بسیاری از اکو ها مشاهده می شود. حتی در صورت وجود هم اصلاً بیماری نیست که عوارض جانبی خاصی برای شما ایجاد نماید. با مشاوره با متخصص قلب و عروق در خصوص پرولاپس میترال اطلاعات خود را کامل نمایید تا دچار استرس بیهوده نگردید.

۲۰- خانمی ۴۵ ساله هستم دارای فشار خون بالا. فشار من بیشتر ۱۴۰/۹۰ و گاهی ۱۵۰/۹۰

می باشد. از قرص لوژارتان استفاده می کنم و اکثر اوقات دچار درد کلیه می شوم ، سونوگرافی انجام داده ام ولی مشکلی تشخیص داده نشد. دچار عفونت ادراری هستم و مدام دچار استرس و درد شانه می باشم . به نظر شما علت چیست ؟

پاسخ: احتمالاً داروی مصرفی جهت تنظیم فشارخون مناسب نمی باشد. بایستی به متخصص قلب و عروق مراجعه نمایید تا دارو های فشار خون شما بررسی و تنظیم گردد.