

الحملة الوطنية
للوفاة من
جلطة
الشرايين



الجلطة بتصير

بالدماغ

ما هي جلطة الشرايين؟

تخثر أو جَلَط الدم في شريان معين بسبب انسداده ويمنع وصول الأوكسجين الى العضو الذي يغذيه هذا الشريان. في معظم الأحيان يحصل تخثر الدم في الشريان المصاب بتكلس او تصلب ناجم عن تجمع الكوليسترول في داخله وتفاعله مع صفائح الدم (Plaquettes).

الصفائح أو (Plaquettes) هي جزيئات دموية مهمتها منع النزيف في حالات الإصابة بجروح. أما في حالات تصلب الشرايين فهي تتفاعل مع المواد الدهنية في بطانة الشريان. هذا التفاعل يؤدي الى ترسب الصفائح مما يتسبب بتجمد الدم وبالتالي انسداد الشرايين.

ان دور الصفائح محوري في حالة جلطة الشرايين
هل حاليئ تسدعي اخذ دواء مخصص للصفائح؟
استشر طبيبيل.

ان أمراض الشرايين يمكن أن تتطور بصمت لسنوات طويلة قبل ظهور أية عوارض. حسب موقع الشريان يمكن أن يسبب الانسداد جلطة دماغية أو ذبحة قلبية أو جلطة في الساق. إن إصابة الشريان في موقع معين مؤثر هام للإصابة في موقع آخر يقتضي البحث عنه وتشخيصه.

جلطة الشرايين مرض هام.
راجع طبيبيل للوقاية منه.

هل أنا معرض للإصابة بجلطة الشرايين؟

عوامل الخطورة المتغيرة :

التدخين

إن المواد الموجودة في دخان السجائر والرجيلة وغيرها من أنواع التبغ. تؤدي الى انقباض في الشرايين وتصلبها كما تساهم في ارتفاع ضغط الدم بالإضافة الى أمراض خطيرة أخرى.

السكري

إن ارتفاع معدل السكري في الدم يزيد من خطر تصلب الشرايين كما يؤثر على توزيع الدهون في الجسم.

شحوم الدم

ارتفاع نسبة الكوليسترول والشحوم الثلاثية (Triglycerides) يزيد من خطر تجمع المواد الدهنية داخل الشرايين الكوليسترول الضار (LDL) هو الأشد خطراً. الكوليسترول الجيد (HDL) يحمي الشرايين.

ارتفاع في معدل ضغط الدم

إن ارتفاع ضغط الدم المزمن يعرض الشرايين للتصلب مما يسهل تجمع المواد الدهنية وبالتالي يزيد من خطر الانسداد.

قلة الحركة

إن ممارسة الرياضة بانتظام تخفّف من احتمال الإصابة بأمراض الشرايين والسكري وارتفاع ضغط الدم وأمراض أخرى. كما أنها تنشط الدورة الدموية.

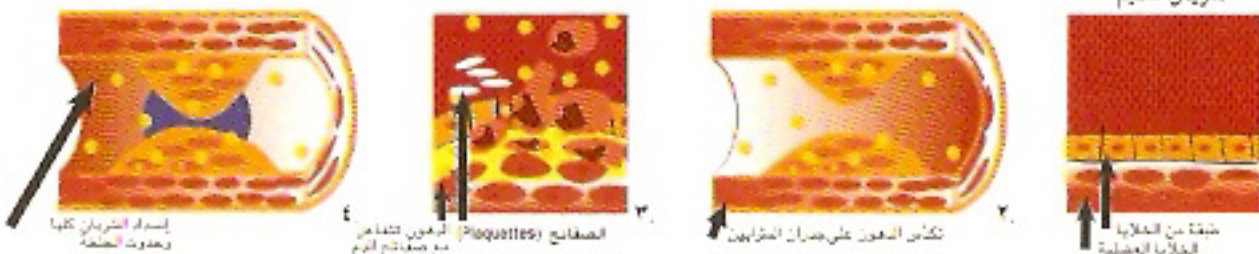
السمنة و الحمية الغنية بالدهون

زيادة الوزن هو عامل مستقل مسبب للسكري وارتفاع ضغط الدم وتصلب الشرايين.

عوامل الخطورة الثابتة :

العمر والعوامل الوراثية.

ان عوامل الخطورة اذا اجتمعت تضاعف تاثيراتها السلبية
راجع طبيبيل للوقاية من جلطة الشرايين.



إذا أحسست بأي من العوارض التالية استشر طبيبك :

ضيقا في الصدر عند القيام بأي عمل مجهد.

اضطرابات في الإحساس أو شلل مرحلي في بعض الأطراف.

تلعثم واضطرابات مرئية في الكلام.

آلم في الساق يظهر بشكل متقطع بعد المباشرة بالسير. قد يتطور إلى برودة وازرقاق في الأطراف.

اضطرابات وفتية في النظر (رؤية مزدوجة أو فقدان بسيط ومرحلي للنظر في عين واحدة).

ما مدى إنتشار جلطة الشرايين؟

جلطة الشرايين هي حالياً الأكثر انتشاراً في الدول النامية والسبب الأول للوفيات في غالب أنحاء العالم حيث زادت عن 55 مليون وفاة عام 2000. في لبنان تشكل أمراض الشرايين نسبة 40% من الوفيات كل عام. هذه الأمراض تسبب بزيادة أعباء صحية ومادية على الأفراد والمجتمع من جراء تشخيص الأعراض وعلاجها.

ملاحظة

تصلب الشرايين قد يكون صامتاً حتى فوات الأوان. إذا كنت معرضاً لأحد عوامل الخطورة. استشر طبيبك "على صحة السلامة". وإذا كنت قد تعرّضت مسبقاً لجلطة الشرايين. إنتهه لأنك معرض في أي وقت لجلطة أخرى. تأجر على علاجك واتبع تعليمات طبيبك بانتظام.