

مصر تفوق المعدلات العالمية في نسبة الإصابة بأمراض القلب

الأهرام ١٣/٤/٢٠٠٧م السنة ١٣١ ٤٣٩٥٧ حذر جراح القلب العالمي الدكتور مجدي يعقوب من انتشار أمراض القلب في مصر خلال السنوات الأخيرة بنسب تفوق المعدلات العالمية، بسبب العادات الغذائية الخاطئة، والتلوث، والتدخين، وعدم ممارسة الرياضة، بالإضافة إلي الإصابة بالحمي الروماتيزمية، والعوامل الوراثية.

وقال - في مؤتمر صحفي بجامعة المنصورة بحضور رئيس الجامعة الدكتور مجدي أبوريان - إنه يجري حالياً تنفيذ مشروع كبير لإعداد كوادر طبية مصرية قادرة علي استخدام أحدث وسائل تشخيص وعلاج أمراض القلب تحت رعاية مكتبة الإسكندرية، وإقامة مراكز متخصصة في كل من القاهرة، والإسكندرية، وأسوان، والمنصورة، ومعمل عالمي متقدم للخلايا.

وأشار إلي أن السنوات القليلة المقبلة، ستشهد طفرات مذهلة في علاج أمراض القلب، موضحاً أنه يجري حالياً تخليق صمامات قلب من الخلايا الجذعية، ستم تجربتها علي الإنسان خلال ثلاث سنوات، وكان الدكتور مجدي يعقوب قد قام بمناظرة ٣٥ حالة بمركز الأطفال بجامعة المنصورة.

ويقول د / مجدى يعقوب : مرضى القلب في مصر أكثر من أي مكان في العالم طبقا لخريطة منظمة الصحة العالمية, ومعها أيضا روسيا, والسبب أن المصريين عاداتهم في الطعام غير صحية ولا يمارسون الرياضة, وثبت علميا أن عدم المشي يضر كثيرا بالقلب والصحة عموما, ويجب أن يمشي الإنسان يوميا (٥ أميال) أي نحو (٩ كيلو مترات) وأنا أضع جهازا يظهر لي المسافة التي أسيرها يوميا وبالرياضة. بالمشي. بالسباحة. بركوب دراجة, والهدوء, والموسيقى, تناول طعام مليء بالخضراوات مع قليل جدا من اللحم وبدون سمن, مع التوقف تماما عن التدخين.

مرض القلب تفاعل بين الوراثة والبيئة, تقريبا ٥٠% للوراثة و ٥٠% للعوامل الأخرى, ومهم جدا أن يتعامل بشكل صحي وطبي مع العوامل الأخرى من يعرف أن في عائلته مرض القلب, فليس معني أن هناك وراثة أن المرض سيتمكن منه, تقليل الخطر من الوراثة ممكن ببرنامج صحي جيد يعتمد علي الرياضة والاهتمام بنوعية الطعام.

ومريض القلب قادر علي أن يعيش حياة طبيعية حتي سن الـ ٩٠ او أكثر إذا اهتم بصحته والتزم بتعليمات طبيبه المعالج.

الفرح ينعش القلب, أما الحزن وخصوصا الكبت, الأبحاث العلمية أكدت أنه يؤثر سلبا في القلب, فمثلا هناك بحث في انجلترا علي موظفي الحكومة الذين أصيبوا بنوبات قلبية مقارنة بمن لم يتعرضوا لمثل هذه النوبات, هذا البحث أكد أن غالبية من أصيبوا بنوبات قلبية كانوا يعانون من كبت شديد وحزن وكآبة خصوصا في عملهم, فقد كان سؤال البحث: هل

أنت سعيد في عملك؟ من أجابوا بأنهم يكرهون العمل ويكرهون الذهاب إليه حدثت لهم صدمة قلبية ومن أجابوا أنهم سعداء بالعمل ومتفائلون لم يتعرضوا لأزمات قلبية، فالعمل الكثير ليس مصيبة، ولكن العمل الكئيب مصيبة!