

الباب الرابع

أمراض القلب والأوعية

الفصل الأول : قصور العضلة القلبية الاحتقاني

الفصل الثاني : احتباس السوائل .

الفصل الثالث : اللانظمية القلبية .

الفصل الرابع : ارتفاع الضغط الشرياني .

افصل الخامس : ظاهرة وداء رينو

الفصل الأول

تصور القلب الاحتقاني

هناك أمراض عديدة يمكنها أن تؤذي العضلة القلبية وتجعلها غير قادرة على ضخ الدم إلى سائر أنحاء الجسم بقوة كافية لتقديم ما يحتاجه من الغذاء والأكسجين ، وأهم هذه الأمراض :

احتشاء العضلة القلبية ، والوقوف المديد ، وارتفاع الضغط الدموي غير المعالج ، والأخماج التي تخرب الألياف العضلية القلبية ، وخصوصاً أخماج الحلمات الراشحة ، وإصابات الصَّمَامَات القلبية (الدسامات) بالقصور أو التضيق ، وشرب الكحول الزائد ، فهذه كلها أسباب تضعف قدرة عضلة القلب على ضخ الدم ، وهذا هو قصور القلب .

ولا يحدث القصور فور حدوث الإصابة بأحد الأمراض السابقة ، ولكن يحتاج الأمر إلى مدة زمنية ، حيث تعاوض العضلة في بداية الأمر بالتضخم والتوسع حتى تخور قواها ، وعندئذ يشعر المصاب بالتعب السريع وضيق النفس عند القيام بأي حركة ، بل حتى وهو مرتاح ، وذلك في المراحل المتقدمة من الإصابة . وعندئذ يتراكم الماء في الرئتين ، فتسمع الخراخر القصبية الرطبة وقد تحدث الزرقة نتيجة نقص الأكسجة . وأما في أسفل الجسم (في الساقين) فتحدث الوذمات الانطباعية^(١) ولذلك سمي بالقصور الاحتقاني .

ومن العلامات البارزة ازدياد ضيق النفس بالاضطجاع ، لأنه في هذه

(١) سميت كذلك لأن الضغط بالأصبع على الجلد فوق عظم الظنوب يترك انطباعاً على شكل حفرة صغيرة بمكان الضغط (لأن السائل المتراكم في هذا المكان يهرب إلى المناطق المجاورة نتيجة الضغط) .

الوضعية تعود مياه الساقين إلى القلب والرئتين فيزداد احتقانهما وحملهما من السوائل ، بينما يرتاح المريض وهو في وضعية الجلوس أو الوقوف نتيجة تخفيف الحمل عنهما بهبوط السوائل إلى الأسفل تأثراً بعامل الثقالة . ولذلك يتعذر النوم بوضعية الاضطجاع ، فينام المريض جالساً .

وتضطرب وظائف الأعضاء نتيجة نقص الدوران الدموي فيها ، وينحبس الماء والملح في الجسم نتيجة نقص الإطراح الكلوي ، فإذا استمر المصاب في تناول الملح فإنه سيزيد من احتباس الماء وتراكم السوائل الزائدة في الساقين ثم في البطن (فيحدث الحَبَن Acite) . .

وستفقد العضلات حصتها من الدم فيحدث الضعف العام ، كما تضعف الشهية للطعام فينقص الوارد الغذائي . وعلى الرغم من ذلك يزداد الوزن بسبب احتباس السوائل الذي يخفي الاضمحلال العضلي .

أما المعالجة الصحيحة فتعتمد على معالجة السبب الكامن وراء القصور ، فيجب تصحيح الأذية الصَّمَامِيَّة (كتبديل الصمام المتخرب) أو معالجة فرط الضغط الشرياني ، أو معالجة نقص التروية ، وقطع التدخين والامتناع عن شرب الكحوليات . .

وهناك معالجة دوائية لا بد منها لتقوية العضلة القلبية كإعطاء مركبات الديجيتال ، وتعطى المدرات لتخفيف حمل القلب من السوائل الفائضة . وهناك مثبطات الخميرة القالبة للأنجيوتنسين (يمثلها دواء الكابتوبريل Captopril) الذي يوسع الشرايين ويخفض الضغط الشرياني فيزيد من إرواء العضلة القلبية وينقص من العمل المطلوب منها .

ولقد أصبح من الممكن ، بعد اكتشاف هذه الأدوية ، أن نسمح للمريض بتناول كمية كافية من الملح (٢ غ يومياً) لجعل طعامه مستساغاً^(١) . والمدرات كفيلة بطرح الفائض من الملح المحتبس . (انظر الجدول ١٧) ففيه

(١) في الماضي قبل هذه الأدوية لم يكن هناك من معالجة سوى المنع المطلق للملح ، فتصبح حياة المريض جحيماً وتنقص تغذيته فيزداد وهناً على وهن .

حمية تقدم ٢ غ من الصوديوم يومياً .

وعملياً يمكنك ألا تتجاوز هذا المقدار من الملح إذا لم نصف شيئاً منه إلى الطبخ ، ولم نستعمل طعاماً مملحاً (بأصل إعداده) كالمخللات ، والنقانق ، والبطاطا شيبس ، واللحوم المعلبة . . ولم نضع مملحة على الطاولة لكي لا نذر منها شيئاً إضافياً على الطعام .

وفي الجدولين ٥ ، ٦ لائحة بالمشروبات والأطعمة الغنية بالصوديوم على المريض اجتنابها .

(يستهلك الإنسان الطبيعي وسطياً بين ٤-٥ غ يومياً من الملح)

ويمكن أن يسمح الطبيب بربع ملعقة شاي^(١) توضع مع الطعام لجعل طعمه مستساغاً ، إذا كان المريض معالجاً جيداً (لا توجد عنده وذمات أو خراخر صدرية) . وأما إذا كانت شهية المريض لا تنفتح إلا بوجود الملح فإنه يمكن استعمال الملح الطبي (الخالي من الصوديوم)^(٢) ، والأعشاب العطرية لتنكيه الطعام وإعطائه رائحة زكية .

نصائح عامة لمرضى قصور القلب :

عليك بالمشي قدر إمكانك كل يوم (بعد الطعام بساعة) ، وبالراحة حسب الأصول والحاجة فعليك بالاسترخاء في فراشك ساعة أو ساعتين كل يوم وتحريك قدميك أثناء ذلك لكي تتقي حدوث الخثرات الوعائية .

واجعل وجباتك صغيرة ومتعددة لتمنع احتقان الدم في الجهاز الهضمي . عوض البوتاسيوم والمغنيزيوم الذي تفقده بسبب المدرات عن طريق تناول الغذاء المناسب أو بالمعالجة التكميلية . وإذا كانت العضلة القلبية ضعيفة ، فعليك بالاستمرار بتناول الوجبات قليلة الدسم والكولسترول ، والعالية بالألياف (راجع الجداول ١٨ ، ١٩ ، ٢٠) .

(١) تحتوي ملعقة الشاي على ٢٣٠٠ ملغ من الملح .

(٢) تعتمد أساساً على شاردة البوتاسيوم ، ولذلك لا تعطى هذه الأملاح في حال وجود إصابات كلوية .