

## الفصل التاسع أخطاء شائعة

كان للأساطير والحرافات والتقدم البطيء للعلوم الطبية في الماضي أثرها في خلق وإذاعة اعتقادات خاطئة عن القلب وأمراضه. وعند بعض المرضى تكون هذه الاعتقادات عقبة كبرى في سبيل العلاج الناجع الشافي . نخذ مثلاً حالة رجل عرفته ، لقد قيل له عندما كان طفلاً أن عنده لغطاً بالقلب ، ورسخ في ذهنه أن قلبه قد يتوقف عن العمل في أى وقت من الأوقات ، ولذلك عاش حذراً قلقاً ، وامتنع عن استشارة الأطباء . ولم يعرف قط أن اللغط عنده اختفى بعد ذلك .

وفي سن الخمسين ، أصيب بحالة انسداد بسيطة للشريان التاجي . وقد سر الطبيب الذي أشرف على علاجه لما أظهره من استعداد للبقاء في الفراش عدة أسابيع ، لأن معظم المرضى يقلقون ويطالبون بمغادرة الفراش حالاً لتحسن حالتهم . ولكنه عندما نصحه الطبيب بمعاودة النشاط باعتدال ، رفض وأظهر ما يؤكد اعتقاده بأن حالته ميثوس منها ، وقد تجاهل جميع ما وجه إليه من أقوال مطمئنة ، واعتقد أنها ليست سوى خداع قصد به أن يقضى لحظاته الأخيرة في سلام .

• • •

ولم يمض وقت طويل حتى كان يتوهم مختلف الأعراض التي تصاحب

أمراض القلب : أم في الصدر ، خفقان ورفرفة في منطقة القلب ، صداع ، وإحساس بالضعف والجزال . ولم يكن يغادر غرفته ، وكان يصر على أن يحيط به أفراد عائلته . وقد رفض أن يذعن لنصيحة طبيبه باستشارة أخصائى ، قائلاً إنه كان يعرف جيداً أن نوبة قلب قاتلة سوف تكون نحامة حياته .

واتفق أن شريكه في العمل — وكان المريض يكن له احتراماً شديداً — زاره وروى له قصة قريب له كان يشكو من نفس الأعراض التي يشكو منها ، وعندما فحصه أخصائى أكد له أنه لا يشكو إلا من اضطراب في المضم ، يؤدي إلى ظهور هذه الأعراض .

وقد أقنعت هذه القصة بضرورة استشارة أخصائى . وأوضح له الأخصائى طبيعة مرضه توضيحاً دقيقاً كان له أثره في طرد الأفكار الخاطئة من ذهنه ، وأصبح في وسعه أن يحيا حياة عادية بالنسبة لحالة قلبه .

وبعض العقائد الخاطئة الشائعة عن مرض القلب ليست سوى روايب من آراء كان يؤمن بها بعض أفراد المهنة الطبية ، وأوهام أخرى انبعثت من أساطير أو من قصص غريبة يؤمن البعض بصحتها إيماناً عميقاً ، أو من تفسيرات خاطئة للواقع . وكثير من هذه العقائد يسىء إلى المريض ، وخاصة إذا حال بينه وبين العلاج الناجع للعللة التي يشكو منها في قلبه .

ولقد أمكن تنفيذ بعض هذه الأوهام في سياق الحديث عن أمراض القلب المختلفة . ولكنه قد يكون مفيداً — ولو اعتبر ذلك تكراراً — أن نضمنها فصلاً خاصاً ، وأن نبين السبب في أنها خاطئة . ونحن لا نزعم أن القائمة كاملة ، ولكنها تتناول معظم هذه الأوهام وأكثرها شيوعاً .

## مرض القلب في جميع الحالات غير قابل للشفاء :

— لقد بينا أن بعض هذه الأمراض قابل للشفاء ، ولكن كثيرين من المرضى يخشون أن يتعذر عليهم استئناف نشاطهم العادي . حقاً إنه في حالات كثيرة من مرض القلب لا يمكن تحقيق الشفاء التام ، ولكنه في معظمها يكون من اليسور اتباع نظام خاص يؤدي إلى قدر معقول من الحيوية والنشاط

## مرض القلب لا مفر منه في بعض العائلات نتيجة للوراثة :

— يبدو أن هناك استعداداً — يحتمل أن يكون وراثياً — يجعل بعض الناس أكثر عرضة للإصابة بمرض القلب . . ولكنه مهما يكن من أمر ، فإن هذه الحقيقة لا تحول دون تفادي الإصابة ، أو التخفيف من حدتها . ولما كان مرض القلب ليس منتشراً في جميع أنحاء العالم ، فإن ثمة ما يبرر الاعتقاد بأنه ليس حالة عادية طبيعية ، وإن البحث عن أسبابه وطرق علاجه سوف يبين إذا كان المرض — أو لم يكن — وراثياً .

## مرض القلب إما أنه يرجع أصلاً إلى اضطراب عاطفي ،

## أو أنه يرجع كلية إلى اضطراب عضوي :

— الواقع أن الحقيقة تقع في نقطة ما بين هذين الطرفين المتناقضين ، وطبعي أنه ليس ممكناً أن نشرح كائناً بشرياً حياً بحيث يمكن أن ندرس كلا من حياته العاطفية وتكوينه البدني على حدة . إن العقل والجسم

يتفاعل كل منهما مع الآخر . ويؤثر كل منهما في الآخر ، ويساعد الواحد منهما أو يضر الآخر . وواضح أن ألوان الصراع العاطفي تلعب دوراً في مرض القلب ، إذ أن بعض الأعراض سيكولوجية بحتة . ولكن يلاحظ من ناحية أخرى أن الجانب الأكبر من أمراض القلب يرجع إلى أسباب عضوية بحتة . ومن حسن الحظ أن عدد الأطباء الذين يعالجون الآن مرضاهم — باعتبار أن الجانبين النفسى والعضوى وحدة واحدة لا تتجزأ — يتزايدون يوماً بعد آخر .

### مرض القلب نتيجة لمدينتنا المعاصرة :

— هذه العقيدة تستند على ما يلاحظ من أن نسبة إصابات القلب في المجتمعات البدائية البسيطة أقل بكثير من المجتمعات المتحضرة التي تسودها الاضطرابات النفسية والعاطفية في كثير من جوانب الحياة فيها . على أن هذه الظاهرة ترجع في الواقع إلى أن المدنية قد زادت متوسط العمر العادى ، بحيث إن الملايين من الناس ممن كان يتخطفهم الموت نتيجة الأوبئة والأمراض وسوء التغذية وعدم اتباع القواعد الصحية ، أصبحوا يعيشون الآن إلى السن التي يبدأ فيها عادة مرض القلب . هذا إلى أنه ليست لدينا أدلة قوية على أن المجتمعات البسيطة قد تخلصت من الإصابة بأمراض القلب بسبب ما يتناولونه من الغذاء أو بسبب أسلوب الحياة .

### مرض القلب يكون عادة نتيجة الإفراط في أوجه النشاط المختلفة:

— هذا تفسير خاطئ لما يطالب به المرء — إذ يصاب مرة بأحد أمراض

القلب - من تفادى الإفراط في جميع أوجه النشاط . وقد كان طبيعياً قبل أن يكتشف أثر الإفراط على مرضى القلب - سواء في الضعاف أو الشراب أو التدخين أو السهر وما إلى ذلك - أن نعزو المرض للإفراط . . ولكن الشيء الذي يمكن تأكيده الآن أن مرض القلب يأتي أولاً ، وأن الإفراط يسيء الحالة فقط ، ولكنه لا يسببها أصلاً .

### القلب عضو دقيق ضعيف سهل التأثر بمختلف المؤثرات :

- أما لماذا يسود هذا الوهم ، فهذا سرغامض . . فطالما أن القلب - أصلاً - عضلة ، فإنه ينبغي أن يكون واضحاً أن التمرين المتواصل للقلب يجعله غاية في القوة . إننا نعرف جميعاً أن عضلات الذراعين والصدر والكتفين تنمو وتتقوى بالعمل الشاق عند حاملي الأثقال مثلاً ، ومع ذلك فإننا نحقق في تطبيق هذه القاعدة على القلب . فمنذ ما قبل الولادة ببضعة شهور حتى الموت ، يستمر القلب في مواصلة انقباضاته المنتظمة ، وهو لا يستجم أبداً لأكثر من جزء من الثانية ، وهذا فوق طاقة عضلات الجسم الأخرى . إن القلب « بطل رياضي » في حالة تدريب دائم ، ولكنه في حين أن أقوى الأبطال يضعف نشاطهم مع الزمن ، فإن القلب يكون عادة من القوة والنشاط في سن الخمسين كما هو في سن العشرين .

### إذا أصيب القلب بجرح ، أدى ذلك دائماً إلى الوفاة :

- إن القلب عضو قوى الاحتمال ، عرف أنه يقاوم رصاصات البنادق

وطعنات الخناجر والسيوف . وتشفى الآن مثل هذه الجراح إذا عالجها جراح ماهر في الوقت المناسب . ومنذ بضع سنوات ، كان صبي يلعب مع رفيق له ، فسقط فوق سكين ثقت قلبه ، وعندما نقل إلى المستشفى كان قلبه ما يزال ينبض نبضاً ضعيفاً ، ومن حسن الحظ أن كبير الجراحين كان مستعداً حينذاك لإجراء الجراحة على الفور . وعندما فتح الجراح صدر الصبي وكشف عن القلب ، بدا في أول الأمر وكأنه لم يصب بشيء . . . ولكن الدم كان قد انبثق وتجلط ببطء خلف القلب في غلافه الواقى المعروف باسم « التامور » وأزيل الدم المتجمد بسهولة ولكن الجرح نفسه لم يعثر عليه . إن الأنسجة كانت قد التأمت بسرعة فوق طعنة السكين . وقد كبر الصبي ، وهو يفاخر الآن بقوته ، وثمة ندبة كبيرة في صدره ، هي تذكار الحادث الوحيد .

### الموت بسبب أمراض القلب دائماً فجائى :

— هذا صحيح فقط بالنسبة لبعض حالات نادرة من أمراض القلب ، فعظم أمراض القلب مزمنة . . لا تغزو القلب بنفس العنف والمفاجأة التي تحدث في حالة جلطة دموية في المخ مثلاً ، باستثناء الحالات غير العادية نسبياً التي وصفناها من قبل .

الرياضة العنيفة تؤذى القلب ، وخاصة بعد انقضاء سنوات الشباب الأولى :

— عندما يقع رجل متوسط العمر أو رجل متقدم في السن ميتاً وهو

يلعب التنس ، أو وهو يجرى لكى ينحوق بقضار ، أو ثناء الصعود بحمل  
 ثقيل على السلام ، فإن وفاته غالباً ما تعزى إلى ما بذله من جهد ،  
 وغالباً ما يتذكر المرء بعد سماعه مثل هذه الأنباء ما قاله « دونالد نلسن »  
 وهو من كبار رجال الأعمال ومن ذوى القوة البدنية الفائقة رغم بلوغه سن  
 الستين : « إن الرياضة الوحيدة التى مارستها خلال العشرين سنة  
 الأخيرة هى المشى فى جنازات أصدقائى الأبطال الرياضيين .

ومع ذلك فإنه - كما أسلفنا - ليس هناك تقريباً أى نشاط بدنى  
 يمكن أن يجهد قلباً سليماً ، وبالتالي أن يسبب عطياً له .

إن عضلات الجسم الأخرى تكف عن العمل قبل أن يستسلم القلب  
 للانهايار بوقت طويل . إننا نتوقع الخطر حقيقة عندما يكون القلب مريضاً ،  
 فعندئذ يمكن أن يسبب الجهد الزائد انهياراً . ومهما يكن من أمر ،  
 فإن الجهد يعجل النوبة عادة بضع دقائق أو ساعات أو على الأكثر أيام  
 لكنه لن يكون العامل المباشر المسبب لها . وحتى المصابين بأمراض  
 القلب يمكن أن يواصلوا قدرماً معيناً من الرياضة ، و لكن طبيعة هذه  
 الرياضة ومقدارها يتوقف إلى حد كبير على حالتهم الصحية ، وعلى نوع  
 الرياضة الذى تعودوا عليه قبل الإصابة بالمرض .

المصابون بأمراض القلب يعيشون بسنين أطول لو تجنبوا بذل أى  
 جهد :

- هذا صحيح فقط فى الحالات المرضية المتقدمة للقلب . أما فى  
 الحالات العادية ، فإن مثل هذه القيود غير الضرورية تؤثر فى الروح

المعنوية للمريض وكذلك في حالته البدنية . إن ضرورة اهتمام مريض القلب بنفسه لا تعنى الاعتزال عن الناس والتوقف عن كل نشاط .

### المشروبات الكحولية والتبغ والقهوة مثيرات للقلب :

— ناقشنا في الفصول السابقة فوائد ومضار هذه المكيفات . والواقع أن آثارها تختلف باختلاف الأشخاص . فالبعض مثلاً تسرع كثيراً ضربات قلوبهم بعد بضع رشقات أو فناجين من القهوة ، وبعضهم تسرع قلوبهم قليلاً ، وآخرون لا تسرع إطلاقاً . وأسباب الاختلاف في أثرها من شخص لآخر مجهولة ، وكذلك الأسباب التي تجعل البعض يكتسبون مقاومة للمشروبات الكحولية أو القهوة .

• • •

إن الجرعات الصغيرة من المشروبات الكحولية تفيد في بعض أمراض القلب لأنها توسع الأوعية الدموية وتريح أعصاب البعض ، أما التدخين فليس له أى أثر مفيد . ولكن المنع الإجبارى عند المدخن المدمن قد يكون أكبر ضرراً من أثر التدخين القابض على الأوعية الدموية — ونفس الشيء صحيح بالنسبة للقهوة والشاي :

### لغط القلب ، والضربات غير المنتظمة ، علامة أكيدة لمرض القلب :

إن الطبيب وحده يستطيع بالفحص الدقيق أن يحدد ماذا وراء اللغط أو الضربات السريعة أو البطيئة ، والضربات غير المنتظمة ، أو الضربات « المنطوطة » صحيح أن لغط القلب ، وعدم انتظام ضربات القلب ،

هي علامات مميزة لأمراض معينة من أمراض القلب ، ولكنها قد تظهر أيضاً عند أشخاص ، قلوبهم سليمة جداً . ولكنه إذا كان هذا الاضطراب مستمراً فإنه ينبغي استشارة الطبيب .

إن اللمغط أشبه بضجيج آلة السيارة الذي يصدر أحياناً عن آلتها . ويعرف سائق السيارة أن معظم هذه الأصوات لا تعنى شيئاً وسوف تختفي . فإذا لم تختف ، اعتمد على الميكانيكي في تقرير السبب المؤدى إليها .

• • •

### الألم فوق القلب علامة أكيدة لمرض القلب :

— إن مثل هذا الألم يغلب أن يكون نتيجة هواء زائد وتقلص عضلى فى الجهاز الهضمى . إن ألم الصدر فى الجانب الأيسر يغلب ألا يكون نتيجة مرض القلب . فآلم القلب الحقيقى يكون عادة احساساً بالضيق والانقباض والضغط ، موقعه وسط الصدر . ولا كان الألم الناشئ عن حالة مرضية فى القلب ، والألم الناتج عن غازات المعدة يتشابهان دائماً ، فإنه من الحكمة استشارة الطبيب للكشف عن الحقيقة .

### رسام القلب ( أو أشعة X ) تكشف يقينا عن أمراض القلب :

— إن الطريقتين وسيلتان مفيدتان للتشخيص ، ولكنها ليستا كل شىء . فالخطوط البيانية التى يسجلها الرسام الكهربائى ، إذا فسرت تفسيراً صحيحاً يمكن أن تعطى الطبيب معلومات كثيرة عن عمل قلب معين ، ولكن القلوب المريضة أحياناً تعطى تسجيلات عادية والقلوب

العادية أحيانا تعطى تسجيلات غير عادية . . إن الخطوط البيانية التي يسجلها الرسام الكهروباي هي خير وسيلة لإعطاء معلومات عن المؤثرات الكهروبايية ولكنها لا تظهر أى شئ عن القوة الحقيقية لعضلة القلب . إنها تفيد عندما تكون هناك قراءات سابقة لظهور الحالة ، حتى يتسنى إجراء مقارنات بينها : وعندما تستعمل مع الوسائل التشخيصية الأخرى . إن أشعة « X » تظهر الكثير عن حجم القلب وشكله وموضعه ، ولكنها لا تظهر إلا القليل - وقد لا تظهر شيئاً - عن قدرة القلب على أن يدفع الدم بقوة وانتظام .

### الجلط الدموية تمت دائماً على الفور :

- إن معظم الجلط يقاومها الجسم ويتفادى جميع آثارها عن طريق « جهاز الإصلاح » بالدورة الدموية ، حتى إنه لا يكاد يحس المرء بحدوثها ، ومعظم حالات الجلط الدموية الأخرى تسبب ألماً أو مرضاً ، ولكنها لا تؤدي إلى العجز . وبقية حالات قليلة تؤدي إلى عجز جزئى أو عجز كامل ، وبعضها مميت .

فعندما تسد جلطة وعاء دمويًا فى موضع يتعذر معه أن تقوم الأوعية المتصلة بالوعاء المصاب عن أن تقوم بوظيفتها ، أو أن الانسداد يشغل مساحة كبيرة جداً بحيث يصعب على الجسم مقاومته أثره من تلقاء نفسه ، فإنه يتحتم الاستعانة بالوسائل الطبية . وسوف ينصح المريض بالراحة أثناء تماثل الأنسجة المصابة للشفاء وقيام الجسم بإعداد دورة جانبية

تقوم بوظائف الأوعية العظيمة . والجلط لا تؤدي إلى الوفاة إلا إذا سدت وعاء كبيراً في المخ : أو القلب : أو الرئتين .

### ارتفاع ضغط الدم يسبب انفجار القلب أو الأوعية الدموية :

— إن انفجار وعاء دموي بالجسم ليس شيئاً غريباً على الأطباء ؛ ولكنه ليس العطب العادى الذى يسببه ضغط الدم العالى . إن الأوعية الدموية فى حالة الصحة قوية ؛ وهى إلى ذلك مرنة . وهى لاتنفجر إلا بعد العطب الكبير ؛ إذا اقترن بأعلى ضغط ممكن للدم ، أما تصدع القلب فإنه يحدث فقط عندما تضعف جدره إلى حد كبير وترق كثيراً بسبب إصابة أو مرض .

### الإغماء علامة أكيدة لمرض القلب :

— إن الإغماء ينشأ فى معظم الحالات نتيجة عدم توفر القدر الكافى من الدم والأكسجين فى المخ . وغالباً ما يكون ذلك نتيجة انعكاسات عصبية ، كما هى الحال عند أولئك الذين يغمى عليهم عند رؤية الدم ، أو عند مشاهدة حادث مؤلم ، أو عند تلقى أنباء مفاجئة مفرزة . والإغماء يحدث أيضاً نتيجة آلام مبرحة ، أو بعد الوقوف مدة طويلة فى وضع واحد ، مما يسبب تجمع الدم بالتدريج فى الجزء الأسفل من الجسم ، وبذلك يحرم المخ من نصيبه منه . إن الإغماء يحدث نادراً جداً فى حالات أمراض القلب ، وإن كان مرضى القلب قد يغمى عليهم للأسباب التى ذكرناها . وهناك فقط حالتان من حالات

القلب - وهما نادرتان - قد يؤديان إلى الإغماء ، ونسبة صغيرة فقط من المصابين بهاتين الحالتين يمكن أن تتفاقم عندهم حالة الإغماء فيفقدون وعيهم .

**النساء المصابات بمرض القلب لا يستطعن أن يجزن مرحلة الحمل دون أن يعرضن حياتهن للخطر :**

- إن كتباً كاملة كتبت عن القلب العادى والقلب المريض أثناء الحمل ، ولكن أهم جانب فى الموضوع هو أن المقدرة على حمل الأطفال سوف تتوقف على مقدار العطب الموجود بالقلب قبل أن يحدث الحمل . وواضح أن العبء على القلب يزداد بنسبة قليلة فى الشهور الثلاثة الأولى من الحمل ، ويأخذ فى الزيادة أسبوعاً بعد آخر حتى يبلغ الذروة فى نحو نهاية الشهر الثامن ، فالدم ينبغى أن يدفع بقوة لا لكى يسد فقط الاحتياجات المتزايدة للأم ، ولكن حاجات الجنين أيضاً .

هذا إلى أن الجهد على القلب فى حالة الحمل يختلف عن الجهد الملقى على القلب حتى بواسطة الرياضة العنيفة ، لأن الرياضة توقف بعد حين ، أما القلب فلا بد أن يستمر فى عمله متحملاً العبء الإضافى المتزايد كل دقيقة خلال مدة الحمل .

• • •

ولا كانت معظم النساء تنجب الأطفال بعد سن العشرين وقبل سن الأربعين ، ومرض القلب الرئيسى فى هذه الفترة من العمر

منشود روماتيزمى . فاشككة في الغالب هي مشكلة انقلب لتتأثر بالحصى الروماتيزمية . ومن حسن الحظ ، إنه قد أجريت تجارب كافية على هذا المرض ، وعلى مقدار الجهد الذى ينبغى أن يبذله قلب مصاب بهذا المرض أثناء الحمل ، بحيث إنه من الميسور الآن أن نحدد على الفور بدقة كافية إذا كانت امرأة مصابة بقلب روماتيزمى يمكن أن تحمل بدون خطورة ، أو أنه ينبغى أن ترجى ذلك حتى تتحسن حالة قلبها ، أو أنه ينبغى أن تتجنب الحمل إطلاقاً . والعوامل التى ينظر إليها الطبيب بعين الاعتبار في هذه الحالات هي :

- ١ - هل تضخم القلب أم لم يتضخم ؟ ، وإلى أى حد ؟ ، وذلك لأنه يمكن القول بوجه عام أنه بقدر تضخم القلب تكون خطورة مرض القلب .
- ٢ - هل توجد أعراض تدل على أن إمكانيات القلب قد ضعفت قليلاً أو كثيراً ؟
- ٣ - هل تستطيع المرأة - أو لا تستطيع - أن تمارس رياضة عادية دون ظهور دلائل اضطراب في دقات القلب ؟
- ٤ - هل هناك اضطراب أو عدم انتظام له أهميته في ضربات القلب ؟
- ٥ - مراجعة دقيقة لتاريخ المريض ، لكى يستنتج منها إذا كانت ثمة أحداث توحى بضعف في القلب .  
وطببعي أن هدف الفحص والدراسة هو :
- ١ - أن يحدد الطبيب إذا كانت المرأة تستطيع أن تلد طفلاً حياً

٢ - أن تستمر طوال مدة الحمل وهي بصحة جيدة .

٣ - ألا يهددها الحمل بعجز تام أو جزئي بعد انتهاء مدته ولو

ببضع سنوات

ومالم تكن الإجابات عن هذه النقاط الثلاث بالإيجاب ، فإن الحمل

ينبغي أن يربحاً حتى يتم ذلك .

• • •

ومما يدعو للدهشة أن عدداً كبيراً من النساء الشابات اللاتي يعرفن

أنهن كن مصابات بروماتيزم في القلب في المراحل الأولى من أعمارهن ،

لا يستشرن أطباءهن قبل الحمل ، وإنما فقط بعد أن يكن في الشهر

الثالث أو الرابع من الحمل . وفي حالات عديدة يكون مقدار إصابة

القلب غير كافٍ لأن يسبب قلقاً ، ولكنه في حالات عديدة تكون

هناك علامات واضحة للخطر محتمل ، حتى إن الوسيلة الوحيدة لحماية

حياة المريضة أو تفادي إصابتها بالعجز إنهاء الحمل بأسرع ما يمكن

بطرق صناعية .