(أ) ما ارتفاع ضغط الدم (Hypertension) ؟

*** أو بمعنى آخر ما ارتفاع التوتر الشريانى (H.T.N) ؟**

المعرفة سلاح وقوة يقاوم به الإنسان القلق والتوتر الناشئ عن الجهل أو قلة المعلومات ، عند سماعه أنه مصاب بارتفاع فى ضغط الدم أو عندما يقول الطبيب لأبيه أو أمه أو زوجته : هناك ارتفاع فى ضغط الدم يحتاج إلى علاج وعناية . **ولكن ما ارتفاع ضغط الدم** ؟ إنه سؤال مهم يطرح نفسه كمدخل للموضوع حيث أن ارتفاع أرقام ضغط الدم إلى درجة كبيرة (شدة فرط التوتر = Severe H.T.N) تؤدى إلى زيادة معدلات الوفيات من ناحية أخرى وهو مرض متعدد الأسباب والدرجات والمضاعفات .

*** وقد قسم العلماء ارتفاع ضغط الدم (أو ارتفاع التوتر الشريانى) إلى :**

**** *أولا : من حيث النشأة :***

هناك نوعان : أساسى وثانوى .

(١) فرط التوتر المبدئى أو الأساسى :

وهو عادة مجهول المصدر أو المنشأ ، أى لا يعرف له سبب ويشكل (٩٠ ٪) من الحالات (Essential Hypertension) .

(٢) فرط التوتر الثانوى (Secondary H T N) :

و عادة ينجم من مشاكل صحية شديدة الخطورة .

**** *ثانيا : من حيث النوع :***

(انقباضى أو انبساطى أو الاثنين معا ؟) .

(١) ارتفاع ضغط الدم الانقباضى / الانبساطى :

عند الشباب إذا زاد عن معدل ١٣٥/٩٠ ملليمتر زئبق . .

عند المسنين إذا زاد عن معدل ١٦٠/٩٠ ملليمتر زئبق .

(٢) ارتفاع ضغط الدم الانقباضى فقط :

- هو ارتفاع التوتر الانقباضى عن ١٦٠ ↑ .

ـ وبقاء التوتر الانبساطى عند ٩٠ .

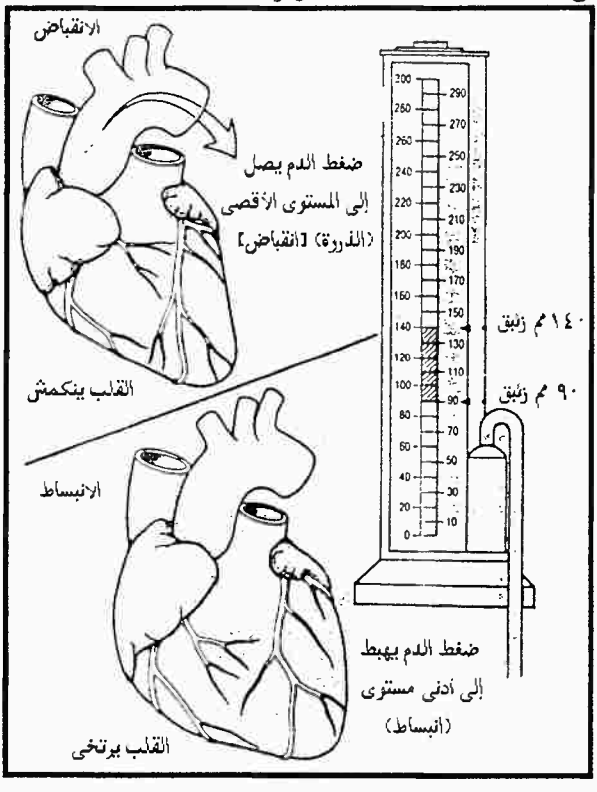
(٣)ارتفاع ضغط الدم الحدى (Borderline) H.T.N :

هو ارتفاع التوتر الانبساطى أحيانا عن ٩٠ ملليمتر زئبق ١٣٥/٩٠ ↑ .

** ثالثا : من حيث الشدة والتأثير :

(١) ارتفاع ضغط الدم الخفيف (Mild) :

(ويشكل نسبة ٨٠٪ من الحالات) ، وفيه يكون الضغط الانبساطى القاعدى مرتفعا قليلا من (٩٠ ـ ١٠٥) ملليمتر زئبق .



(٢) ارتفاع ضغط الدم المتوسط (Moderate) :

(ويشكل نسبة ١٢,٥٪ من الحالات) وفيه يكون الضغط الانبساطى القاعدى مرتفعا أكثر من (١٠٥ ـ ١١٥) ملليمتر زئبق .

(٣) ارتفاع ضغط الدم الشديد (Severe) :

وفيه يكون الضغط الانبساطى مرتفعا أكثر من ١١٥ ملليميتر زئبق ونسبة الحالات فيه ٥ ٪ . وهو عادة يسبب مضاعفات شديدة مثل :

أ) اعتلال الدماغ : وقد يصاحبه جلطة وشلل نصفى نتيجة لذلك ، وإذا لم يتم العلاج المناسب والتشخيص المبكر ، فقد يؤدى ذلك إلى الوفاة .

ب) ارتفاع ضغط الدم الخبيث : وقد يؤدى ـ فى حالة عدم العلاج ـ إلى حدوث قصور فى الكلى وجلطة رئوية وسكتة قلبية .

** هل ارتفاع ضغط الدم يعرف التفرقة العنصرية ؟

لاحظ الأطباء فى دراسة حديثة أن نسبة الإصابة بارتفاع ضغط الدم لدى الزنوج بالنسبة إلى البيض تبلغ نسبة ١,٥ : ١ ، وأن عمر المصابين الزنوج بهذا الداء أصغر من مثيله المريض الأبيض بنحو خمس أو عشر سنوات على الأقل .

كما أن المضاعفات المرضية لهذا المرض تظهر مبكرا فى الزنوج المصابين بارتفاع ضغط الدم . ويتساءل بعض الأطباء الأمريكيين ؛ هل مرض ارتفاع ضغط الدم عنصرى ، أم أن التفرقة العنصرية هى المسئولة عن حدوثه وزيادة مضاعفاته لدى ضحايا التفرقة العنصرية البغيضة التى حرّمها الله ورسوله وميثاق الأمم المتحدة وكل العقلاء فى العالم ؟

** هل ارتفاع ضغط الدم مرض العجائز والشيوخ فقط ؟

للأسف الشديد يعتقد الكثير من الناس البسطاء أنه لا حاجة لهم فى قياس ضغط الدم ، إذا شعروا فجأة بصداع شديد فى الرأس أو دوخة أو ألم حاد فى مؤخرة الرأس أو الرقبة . وتكرر هذا الألم ولم يزل رغم أخذ مسكنات مثل أقراص«الريفو» أو النوفالجين أو الأوبتاليدون أو البنادول وغيرها .

وذلك بحجة أن سبب الألم هو «البرد» ، أو الضيق المفاجئ . ولا يخطر ببالهم احتمال أن ارتفاع ضغط الدم هو المسبب لهذا الألم !! ويظل الداء ويتعاظم مع مرور الوقت وتكيف المريض معه ، حتى يسبب له عاهة مثل فقد البصر فى عين واحدة أو كلتا العينين نتيجة حدوث نزيف حاد فى الشبكية أو انفصال بها بسبب مضاعفات هذا الداء !!

ويقوم طبيب العيون بقياس ضغط العين وفحص قاع العين ثم يقيس ضغط الدم فى ذراع المريض فيفاجأ أنه مرتفع جدا ويتم تحويل المريض إلى إخصائى القلب أو الباطنية لمتابعة المريض بعد أن تدهورت الحالة وأنتجت عاهة !!

إن نسبة حدوث ارتفاع التوتر الشريانى مع تقدم العمر تزداد من (١,٥ فى عمر الشباب إلى نسبة ٢٥ ٪) فى عمر ٧٠ سنة ، فهل يرحم المرضى أنفسهم ويقومون بزيارة الطبيب لفحصهم حين يشعرون بالخلل العضوى ، أو عدم الارتياح فى النظر أو التفكير أو النوم نتيجة ألم بالرأس أو شعور بفوران فى الوجه أو نبض زائد فى عروق الرقبة ، أو الوجه أو إسراع فى دقات القلب ، أو عدم انتظام فيها ، أو ضيق فى التنفس أو ألم فى الصدر أو تنميل بالأطراف ، أو الشعور بفقد التوازن ودوخة ورغبة فى القىء وفقد الشهية ؟

فقد يكون كل ما سبق له علاقة بارتفاع ضغط الدم .

** ما دور الوراثة في ارتفاع ضغط الدم ؟

يقول العلماء إن هناك ما يسمى بالاستعداد الوراثى ، وهو ما يعنى أنه إذا كان الأبوان مصابين بهذا الداء ، فإن احتمال إصابة الأبناء به تصل إلى ٤٥ ٪.

أما إذا كان أحد الأبوين مصاباً بارتفاع ضغط الدم والثانى معافى ، فإن نسبة الإصابة فى الأبناء تصل إلى ٢٨ ٪ فقط .

هذا بالإضافة إلى وجود أمراض أخرى مصاحبة لارتفاع ضغط الدم مثل البدانة والسكرى وإدمان الكحول . فإننا نجد أن هذه العوامل الوراثية – بالإضافة إلى الاستعداد الوراثى للتوتر الشريانى – تجعل احتمال ظهور هذا المرض مع تقدم العمر أو فى تقدم العمر أو فى سن مبكر سوف يكون كبيرا بطبيعة الحال.

لذلك ينصح الأطباء ألا يتزوج الزوج البدين المصاب بالسكرى أو ارتفاع ضغط الدم من امرأة تحمل نفس الأمراض حتى لا يرث الأبناء الداء ويتحملون المعاناة رغم أنوفهم . وعلى الزوج المريض أن يبحث عن زوجة سليمة من الأمراض . وعلى الزوجة المريضة أن تبحث عن زوج معافى من أمراضها رغم صعوبة المنال أحيانا !!

** هل لاختلاف الجنس دور في ارتفاع ضغط الدم ؟

من نافلة القول أن هناك أمراضا أكثر شيوعا لدى الرجال منها لدى النساء ، وهناك أمراض أخرى أكثر شيوعا لدى المرأة منها لدى الرجل .

وهذا يرجع بطبيعة الحال إلى وجود تباين فى الأجهزة التناسلية ودورها الوظيفى والتأثير الهرمونى بشكل عام وخاص على بقية أجزاء الجسم .

فإن كانت النساء أكثر عرضة لأمراض سرطان الثدى والتهاباته والالتهاب الحصوى المرارى ، والبدانة وجلطة أوردة الساق والتهابها ، والتهابات مجرى البول ، فهذا يعود بطبيعة الحال إلى دورها البيولوجى وتأثير الحمل والرضاعة ، هذا غير أمراض الجهاز التناسلى التى تشمل أمراض المهبل والرحم وعنق الرحم والمبيض وقناة فالوب ، ومن حيث الأمراض النفسية وجد ارتفاع نسبة السيدات المصابات بمرض الهيستيريا والاكتئاب الدورى المزاجى ، والقلق والوسواس القهرى ، عند الشيخوخة والنحافة العصبية .

أما بالنسبة للرجال فقد لوحظ ارتفاع نسبة الإصابة بأمراض الجهاز التنفسى وسرطان الرئة (بسبب التدخين) عنه عند النساء بالإضافة إلى التهاب المعدة والقولون العصبى ، وأمراض ضغط الدم والسكتة القلبية وجلطة القلب والتهاب الشرايين وجلطة شرايين الساق ، وذلك بسبب دورهم الحيوى فى الحياة ، وزيادة الضغوط اليومية وتكاليف الحياة والأعباء ؛ تحقيقا لطموحاتهم أو طلبات زوجاتهم وأبنائهم !!

ومن حيث الأمراض النفسية ، لوحظ ارتفاع نسبة أمراض التخلف العقلى لدى الذكور عنه عند الإناث (فى الصغر) ، ومرض الانفصام (الشيزوفيرانيا) واضطرابات الشخصية ، والسلوك العدوانى ، وإدمان المخدرات والاضطرابات المخية الناشئة عن حوادث وصدامات المرور وما شابه ذلك .

أما بالنسبة لمرض ارتفاع ضغط الدم ، فقد وجدوا شيئا طريفا وهو زيادة نسبة المرض بين الشباب الذكور ، عنه عند الإناث ثم تساويه مع تقدم العمر نسبيا ثم ارتفاعه عند المسنات الإناث عنه عند المسنين . وقد يرجع ذلك إلى التغير الهرمونى أو حساسية الأم المفرطة تجاه انسحاب أولادها منها ، أوزيادة مشاكلهم مع الحياة أو الزوجات .