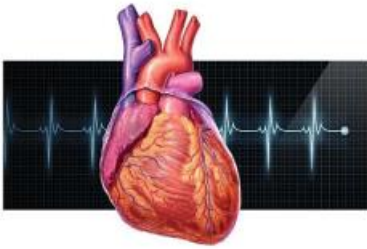


قلبهایی با ضربان نامنظم

مردم فکر می‌کنند ضربان قلب در زمان استراحت 60 بار در دقیقه است و اگر ضربان قلب کمتر یا بیشتر از این تعداد شود نگران می‌شوند.



مردم فکر می‌کنند ضربان قلب در زمان استراحت 60 بار در دقیقه است و اگر ضربان قلب کمتر یا بیشتر از این تعداد شود نگران می‌شوند. در صورتی که تعداد ضربان قلب طبیعی در حالت استراحت یک رقم ثابت نیست و در محدوده 50 تا 80 بار در دقیقه متفاوت است. اما اگر ضربان قلب خود را خیلی تند احساس می‌کنید یا حس می‌کنید قلبتان نامنظم می‌زند یا مکت می‌کند یا تعداد ضربان‌اش کمتر از 50 در دقیقه است باید به خطر بروز نامنظمی ضربان قلب یا آریتمی شک کنید. تصویر قلبهایی با ضربان نامنظم

دکتر محراب مرزبان، فوق‌تخصص جراحی قلب و عروق در این باره به جام جم می‌گوید: در بزرگسالان، ضربان قلب طبیعی بین 60 تا صد بار در دقیقه است و ضربان کمتر از 50 تا 60 یا بیش از صد در حالت‌های عادی و استراحت می‌تواند نشانه اختلال ضربان قلب باشد. البته در ورزشکاران حرفه‌ای ضربان قلب می‌تواند به صورت طبیعی پایین‌تر باشد.

آریتمی، میراث خانوادگی!

باید بدانید نامنظمی ضربان قلب می‌تواند ارثی یا اکتسابی باشد.

دکتر مسعود اسلامی، متخصص قلب و عروق با تشریح ابتلای ارثی و اکتسابی به آریتمی قلبی به جام جم می‌گوید: ممکن است فردی از دوران جنینی، عصب اضافی در قلبش داشته باشد و این مساله باعث نامنظمی ضربان قلب شود. در موارد اکتسابی نیز ممکن است فردی به دنبال مصرف دارو یا سکنه قلبی دچار نامنظمی قلبی شود. مصرف برخی داروها مثلاً برخی آنتی‌بیوتیک‌ها، داروهای کم‌کننده اشتها، داروهای اعصاب و برخی داروهای قلبی از این دسته هستند.

دکتر مرزبان نیز در گفت‌وگو با جام جم در این باره می‌افزاید: آریتمی می‌تواند ناشی از بیماری‌های مختلف، داروها، حالات روحی، اختلالات هورمونی، مواد مخدر و محرک نیز باشد. همچنین بعضی اوقات آریتمی متعاقب بیماری‌های قلبی مثل سکنه قلبی اتفاق می‌افتد.

این متخصص تاکید می‌کند: بیماری‌هایی مثل عروق کرونر، آنژین صدری، سکنه قلبی و بعضی از اعمال جراحی قلب نیز می‌تواند سبب بروز آریتمی شود. بزرگ شدن حفره‌های قلب بر اثر بیماری‌های دریچه‌ای قلب که طول کشیده باشد مثل بیماری‌های دریچه میترال نیز می‌تواند سبب بروز آریتمی شود. بعضی بیماری‌های هورمونی مثل پرکاری تیروئید، بیماری‌های کلیوی که سبب بروز اختلالات الکترولیتی در بدن می‌شوند نیز سبب بروز آریتمی می‌شوند.

قلب تان زیادی تند می‌زند

در مواردی که ضربان قلب خیلی کند یا خیلی تند باشد می‌تواند خطرناک تلقی شود. مثلاً اگر ضربان قلب کمتر از 40 در دقیقه باشد یا بیش از 200 در دقیقه خیلی خطرناک است.

دکتر اسلامی با بیان این مطالب می‌افزاید: اگر نامنظمی ضربان قلب همراه با سرگیجه شدید یا از دست دادن هشیاری باشد نیز خطرناک است.

دکتر مرزبان نیز در این باره اظهار می‌کند: در یک تقسیم‌بندی، آریتمی‌ها را به دو دسته بطنی و فوق‌بطنی تقسیم می‌کنیم. منظور آن است که منشأ شروع آریتمی می‌تواند از بطن‌های قلب یا دهلیز باشد. آریتمی‌های فوق‌بطنی عموماً آریتمی‌های خوش‌خیم هستند و اغلب با علائمی چون تپش قلب، اضطراب و گاهی سرگیجه همراه هستند. آریتمی‌های بطنی می‌توانند خطرناک باشند و به کاهش فشار خون و در صورت تداوم به مرگ منجر شوند.

از درمان دارویی تا باتری قلبی

به گفته دکتر اسلامی، نامنظمی ضربان قلب انواع مختلف دارد و درمان آن برحسب نوع نامنظمی قلب فرق می‌کند. برای مثال در موارد خفیف نامنظمی قلب با کم کردن استرس روحی و عدم مصرف مایعات و غذاهای محرک کفایت می‌کند.

این فوق تخصص الکترو فیزیولوژی تاکید می‌کند: در موارد شدید نیاز به درمان‌های دارویی یا مداخله‌ای وجود دارد. مثلا در کندی شدید ضربان قلب با بی حسی موضعی، باتری قلبی یا پیس‌میکر گذاشته می‌شود. در مواردی که عصب اضافی یا غیرطبیعی در قلب وجود داشته باشد نیز با امواج رادیویی یا سرما آن را از بین می‌برند. در بیمارانی که ضربان قلب خیلی تند مثلا 250 تا 400 بار در دقیقه دچار ایست قلبی می‌شوند نیز نوعی باتری قلبی گذاشته می‌شود که در اصطلاح ICD یا فیبریلاتور گفته می‌شود.

دکتر مرزبان نیز با تاکید بر این که درمان آریتمی براساس نوع آن و علت ایجاد متفاوت است در صورتی که علت بروز آریتمی دارو یا بیماری یا اختلالات هورمونی باشد رفع علت اولیه سبب درمان آریتمی می‌شود، می‌گوید: بعضی از انواع آریتمی با تجویز داروها کنترل و درمان می‌شوند. در مواردی که ضربان قلب خیلی کند باشد ممکن است نیاز به باتری قلب باشد و در موارد شدیدتر آریتمی استفاده از تکنیک یا سوزاندن کانون‌های آریتمی از طریق روش‌های داخل عروقی شبیه آنژیوگرافی توصیه می‌شود. انواعی از آریتمی را نیز می‌توان حین اعمال جراحی قلب مثل ترمیم یا تعویض دریچه میترا از بین برد.

هوای ضربان قلب تان را داشته باشید

بیمارانی که دچار نارسایی عضله قلب هستند و قدرت انقباضی قلب‌شان کمتر از 45 درصد است در معرض نامنظمی شدید قلبی قرار دارند.

دکتر اسلامی با بیان مطلب فوق توضیح می‌دهد: همچنین بیمارانی که دچار رماتیسم قلبی هستند و تنگی یا نارسایی دریچه‌ای شدید دارند نیز در معرض این عارضه قلبی قرار دارند. بیمارانی که سابقه سکته شدید قلبی دارند نیز در معرض نامنظمی شدید ضربان قلب هستند.

دکتر مرزبان نیز با اشاره به این که بیماری‌های قلبی، عروق کرونر یا دریچه قلب، فشار خون بالا، مصرف سیگار، الکل، استرس فراوان و پرکاری تیروئید نیز می‌تواند فرد را در خطر بروز آریتمی قرار دهد، هشدار می‌دهد: بی‌توجهی به درمان مناسب آریتمی می‌تواند سبب بروز نارسایی و آسیب عضله قلب شود و در مواردی خطر جانی برای فرد مبتلا دارد.

پونه شیرازی