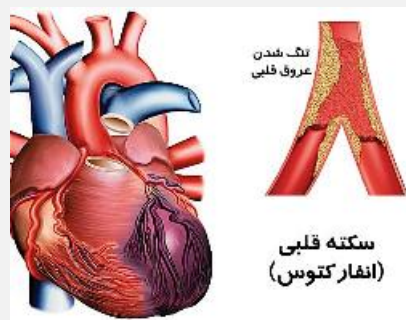




نارسایی قلبی؛ چرا و به چه علت؟

نارسایی قلبی به مفهوم ناتوانی نسبی قلب در پمپ کردن خون به درون سیستم گردش خون است. بدین ترتیب این بیماری موجب کمبود خون در اندامها و در نتیجه ضعف و بی‌حالی شده و از طرفی تجمع خون در سیستم وریدی، موجب ورم در اندامها به خصوص پاها می‌شود.

نارسایی قلبی به مفهوم ناتوانی نسبی قلب در پمپ کردن خون به درون سیستم گردش خون است. بدین ترتیب این بیماری موجب کمبود خون در اندامها و در نتیجه ضعف و بی‌حالی شده و از طرفی تجمع خون در سیستم وریدی، موجب ورم در اندامها به خصوص پاها می‌شود.

نارسایی قلب یعنی قلب انسان یا هر موجودی خوب انجام وظیفه نمی‌کند، قدرت انقباضی‌اش کم می‌شود و نمی‌تواند خون را از قسمت‌های مختلف بدن دریافت کند و بعد از تبادل اکسیژن، دوباره آن را به همه جا پمپ کند.

قلبی که مثل یک تلمبه در سینه ما می‌تپد، دو بخش دارد: قلب راست و قلب چپ.

شایع‌ترین نارسایی قلب، مختص قلب چپ است. حتی نارسایی‌های قلب راست، از قلب چپ منشأ می‌گیرند.

نشانه های نارسایی قلبی در فرد چیست؟

اگر صدای قلب بیماری که دچار نارسایی قلبی است را با گوشی پزشکی، گوش بدهیم صدای اضافی می‌شنویم و قلب توان واقعی برای انجام وظیفه را ندارد.

فرد بیمار بی‌اشتها، بی‌خواب و ناتوان است.

اگر نارسایی شدید باشد، حتی بیمار قادر به راه رفتن و انجام کارهای ساده روزمره نیست.

نارسایی قلب راست یا بطن راست معمولا به دنبال نارسا شدن قلب چپ اتفاق می‌افتد و به دنبال آن، رگ‌های گردنی بیمار برجسته می‌شوند، کبد بزرگ شده و شکم ممکن است آب بیاورد و یا پاها متورم شود.

دلایل نارسایی قلبی چیست؟

1- مهم‌ترین دلیل بروز بیماری نارسایی قلبی، انفارکتوس قلبی است. انفارکتوس قلبی به مفهوم از بین رفتن قسمتی از عضلات قلب است که اگر وسعت آن زیاد باشد، کارکرد قلب ضعیف شده و توانایی پمپاژ خون را از دست می‌دهد.

2- یکی دیگر از علل نارسایی قلبی، بیماری دریچه‌های قلب است. تنگی دریچه‌های میترال یا آئورت باعث می‌شود حتی با وجود سلامت عضلات قلب، پمپاژ خون به راحتی صورت نگیرد. نارسایی دریچه‌های قلب نیز باعث پس زدن خون شده و درصدی از پمپاژ خون به هدر می‌رود.

3- بیماری‌های مادرزادی قلب از علل اصلی آسیب دریچه‌های قلبی هستند. این کودکان از ابتدای تولد دچار علائم نارسایی قلب هستند. گاهی نیز قلب در سنین بزرگسالی به دلایل مختلف دچار خرابی دریچه‌ها شده و نارسایی قلبی ایجاد می‌شود. از مهم‌ترین علل آسیب دریچه‌ها در سنین نوجوانی و جوانی روماتیسم قلبی است. این بیماری عمدتاً دریچه میترال را که بین دهلیز و بطن چپ قرار

گرفته است دچار آسیب می‌سازد.

4- تنگی دریچه میترال مانع ورود خون به بطن چپ و نارسایی قلبی می‌شود. نارسایی دریچه میترال نیز ممکن است بر اثر روماتیسم قلبی ایجاد شود، ولی مهم‌ترین دلیل ایجاد نارسایی میترال، انفارکتوس قلبی است. نارسایی دریچه میترال موجب برگشت خون به داخل ریه‌ها و علایم نارسایی قلبی می‌شود.

5- از دیگر علل مهم نارسایی قلبی، فشار خون طولانی مدت است. فشار خون باعث ایجاد مانع سر راه پمپاژ قلب به داخل سیستم گردش خون می‌شود. برای غلبه بر این فشار عضلات بطن چپ ضخیم شده و پس از مدتی فضای حفره بطن چپ را پر می‌کند و به این ترتیب پر شدن بطن دچار اشکال شده و عملکرد قلب تضعیف می‌شود.

6- یکی دیگر از علل نارسایی قلب، تنگ شدن عروق قلب است. وقتی که رگ تنگ می‌شود، به تدریج آن قسمت از عضله قلب که با آن رگ خون‌رسانی می‌شده، از بین می‌رود (سکته قلبی)، در نتیجه قلب قدرت انقباضی طبیعی‌اش را از دست می‌دهد و نارسا می‌شود. اما چرا عروق تنگ می‌شوند؟

بر مبنای مطالعات سازمان بهداشت جهانی، سه علت به عنوان مهم‌ترین عوامل تنگی عروق شناخته شده‌اند:

الف- فشار خون بالا: با رژیم غذایی و داروها سعی می‌کنیم آن را متعادل کنیم تا رگ‌ها تنگ نشوند و سگته‌های قلبی و مغزی اتفاق نیفتند.

ب- اختلال در چربی‌های خون: چهار مورد آن را که در آزمایش‌های روتین و ساده بررسی می‌شوند، بیان می‌کنیم. کلسترول، تری‌گلیسرید، LDL و HDL که سه تای اول چربی بد و فقط HDL چربی خوب است. یعنی باید با رژیم و دارو سعی کنیم چربی بد را پایین بیاوریم و با ورزش مرتب (پیاده‌روی تند، کوهنوردی و...) و همچنین با لاغر شدن و کنترل وزن سعی کنیم چربی خوب را بالا ببریم تا رگ‌هایمان تنگ نشوند.

ج- دخانیات: مصرف دخانیات به هر شکل، هر نوع و هر مقدار باعث گرفتگی عروق می‌شود. حتی به تازگی ثابت شده یک تا سه سیگار در روز هم می‌تواند سبب گرفتگی عروق شود.

چطور بفهمیم نارسایی قلبی داریم؟

برای تشخیص نارسایی قلب راه‌های متعددی وجود دارد که بهترین راه اکوکاردیوگرافی است.

توصیه می‌شود در کسانی که دچار ادم اندام‌ها هستند، برای بررسی وجود نارسایی قلبی اکوکاردیوگرافی انجام شود.

اکوکاردیوگرافی در واقع سونوگرافی قلب است که در آن شدت انقباض قلب و وضعیت دریچه‌ها به خوبی نشان داده می‌شود.

برای درمان نارسایی قلبی چه باید کرد؟

خوشبختانه داروهای مفیدی برای درمان نارسایی قلبی موجود است. یکی از این داروها، دسته دارویی مدرها یا ادرارآورهاست که با افزایش میزان ادرار باعث کم شدن حجم خون و برطرف شدن ورم در اندامها می‌شود.

دیگوکسین دارویی است که قدرت انقباضی قلب را زیاد می‌کند، ولی متأسفانه دارای عوارضی است که استفاده از آن را بسیار محدود کرده است.

کسی که قلب نارسا دارد، باید دائماً تحت نظر پزشک باشد و رژیم غذایی بی‌نمک و داروهای خاص استفاده کند، اما بهتر است حالا که آگاه شدید مراقب باشید تا قلب‌تان همیشه مثل ساعت کار کند.