

## سکته قلبی در زنان بی صداست!



متأسفانه سکته قلبی یا آنفارکتوس در خانم ها دیرتر تشخیص داده می شود و خطر مرگ یا بروز مجدد آن، در مقایسه با آقایان بیشتر است.

متأسفانه سکته قلبی یا آنفارکتوس در خانم ها دیرتر تشخیص داده می شود و خطر مرگ یا بروز مجدد آن، در مقایسه با آقایان بیشتر است.

خوشبختانه خانم ها در مقایسه با آقایان اهمیت بیشتری به سلامت خود می دهند اما غفلت هایی نیز دارند. معمولاً گفته می شود که خانم ها کمتر دچار آنفارکتوس یا همان سکته ی قلبی می شوند. برای همین یک حاشیه ی امن کاذب برای آن ها ایجاد شده است اما واقعیت این است که قلب نازنین خانم ها هم از این مشکل در امان نیست. هر مشکل و بیماری، علائم خود را دارد که در اکثر موارد، شناسایی به موقع آن ها از مشکلات جدی و خطرناک پیشگیری می کند.

فقط خود خانم ها می دانند که در طول روز چقدر مشغول کارها و انجام وظایف گوناگون هستند. به طوری که حتی گاهی فرصت سرخاراندن هم ندارند. با وجود اینکه خانم ها در مراجعه به دکتر جدی تر هستند اما آن ها نیز مانند آقایان از کنار علائم ساده ای مانند خستگی، معده درد، نفس تنگی، بادگلو و غیره به راحتی می گذرند غافل از اینکه همین علائم به ظاهر ساده می تواند تهدیدی جدی برای سلامت قلب شان باشد. علائم آنفارکتوس یا سکته ی قلبی در خانم ها مشابه علائم آقایان نیست.

سکته ی قلبی در خانم ها بی صدا و با کمترین درد کلید می خورد و معمولاً دیر تشخیص داده می شود. برای همین لازم است که همیشه حواس تان به بروز علائمی هرچند ساده ولی دردسرساز باشد. اگر با علائمی که در زیر اشاره می شود، زیاد مواجه می شوید، حتماً به پزشک مراجعه کنید تا وضعیت تان مورد بررسی قرار گیرد.

### نفس تنگی

خانم ها معمولاً نفس تنگی را جدی نمی گیرند و آن را به خستگی زیاد یا استرس های روزمره نسبت می دهند اما به عقیده ی محققان اکثر خانم هایی که دچار آنفارکتوس میوکارد شده اند قبلاً با مشکلات تنفسی ناگهانی و غیرمنتظره مواجه بوده اند که نادیده گرفته شده است. اگر بدون دلیل خاص و روشنی دچار نفس تنگی می شوید، بیشتر به سلامت قلب خود فکر کنید و تحت بررسی قرار بگیرید تا علت، ریشه یابی شود.

### خستگی غیرمعمول

خانم ها مدام در حال انجام کارهای خانه، رسیدگی به بچه ها و در بسیاری موارد، کار در بیرون از منزل هستند. چند مسئولیتی خانم های امروز باعث خستگی زیاد آن ها نیز می شود که با استراحت بیشتر قابل رفع است اما به عقیده ی متخصصان نباید خستگی زیاد و غیرمعمول را نادیده گرفت چون امکان دارد عامل پنهانی سکته ی قلبی باشد. اگر خستگی زیاد و مداومی دارید و در عین حال دچار مشکلاتی مانند فشار خون بالا، اضافه وزن و کلسترول بالای خون هستید، لازم است حتماً به پزشک مراجعه کنید.

### سکسکه، آروغ، معده درد

بدون شک همیشه مشکلاتی مانند آروغ زدن، معده درد یا سکسکه را به مشکلات گوارشی نسبت می دهند. درست است که در بیشتر موارد، این مسائل نشان دهنده ی مشکلات گوارشی است اما همین مشکلات به ظاهر ساده نیز می تواند نشان دهنده ی احتمال بروز سکته ی قلبی در خانم ها باشد. به عقیده ی متخصصان، سکسکه، حالت تهوع، استفراغ، تعریق، آروغ و معده دردهای طولانی، جزو مشکلات گوارشی هستند که می توانند نشان دهنده ی احتمال بروز سکته ی قلبی نیز باشند. اگر سابقه ی این بیماری را در خانواده دارید و خودتان را مستعد آن می دانید و در عین حال، این علائم را نیز در خود مشاهده کرده اید بهتر است به پزشک مراجعه کنید.

درد در ناحیه ی قفسه ی سینه

خانم ها نیز مانند آقایان درد در ناحیه ی قفسه ی سینه را نادیده می گیرند. البته چون تصور می کنند که سکته ی قلبی، مشکلی مردانه است خیال شان از بابت آن راحت است. اما باید بدانید که سکته ی قلبی، خانم ها را نیز تهدید می کند. شاید در بسیاری از موارد، درد در ناحیه ی سینه، مشکل چندان بزرگی نباشد اما اگر درد از پشت جناغ سینه و ناگهانی باشد حواس تان را بیشتر جمع کنید.

درد در این منطقه به صورت شدید و فشرده و نفس گیر بروز می کند که می تواند به گردن، فک، بازوی چپ یا هر دو بازو و

گاهی به پشت یا شکم نیز سرایت کند. هر وقت که با چنین دردی آن هم در شب یا اول صبح مواجه شدید بدون معطلی، خودتان را به پزشک برسانید. توجه داشته باشید که هر دردی در ناحیه ی قفسه ی سینه اگر بیش از 30 دقیقه ادامه داشته باشد، لازم است که با اورژانس تماس گرفته شود.

#### سخن آخر

به هیچ یک از نشانه های فوق، بی تفاوت نباشید. خیلی از موارد اشاره شده می تواند در نتیجه ی استرس و مشکلات روحی بروز کند اما در عین حال احتمال مشکلات جدید تر را از نظر دور نکنید. خانم هایی که به دیابت مبتلا هستند، باید حواس شان را بیشتر جمع کنند چون آنفارکتوس در آن ها بی سر و صدا و بدون علائمی چون درد و تنگی نفس بروز می کند. این خانم ها بهتر است به طور مرتب تحت نظر پزشک باشند و سلامت قلب شان کنترل شود. متاسفانه آنفارکتوس در خانم ها دیرتر تشخیص داده می شود و خطر مرگ یا بروز مجدد آن، در مقایسه با آقایان بیشتر است.