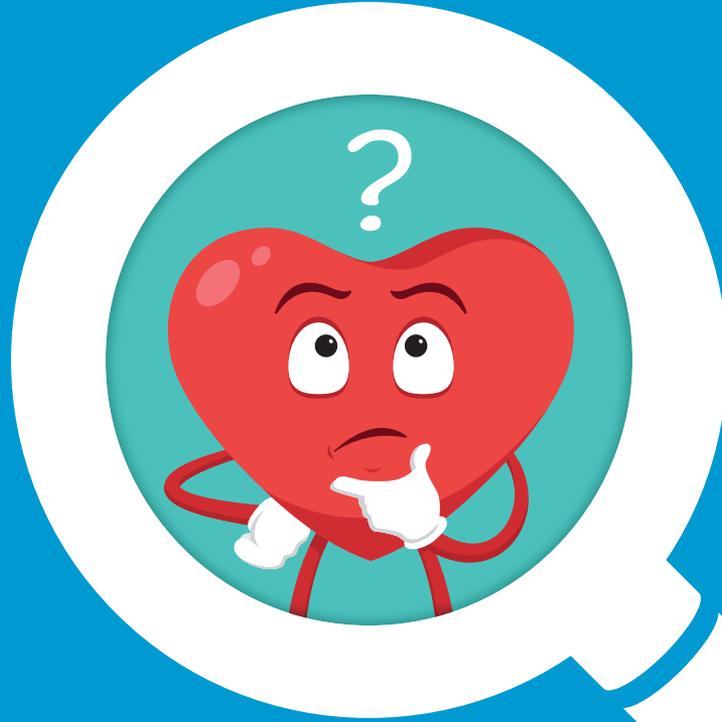
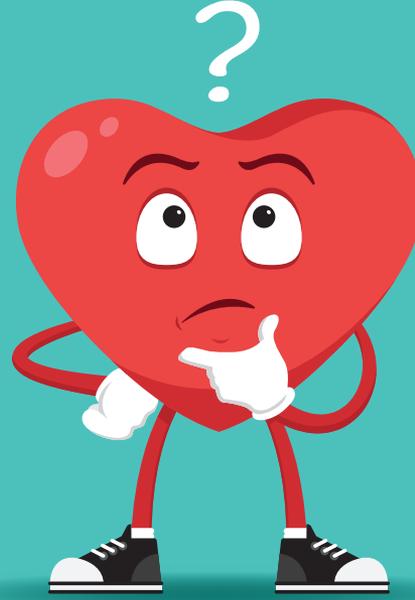


هل من الممكن أن يكون لدي قصور
بعضلة القلب؟

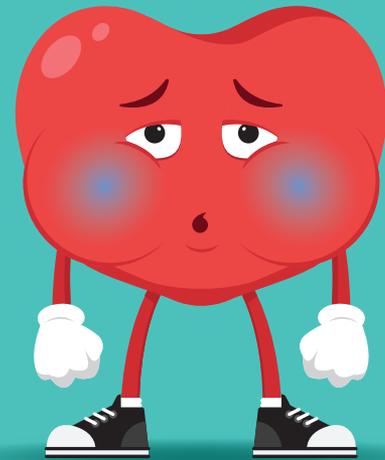
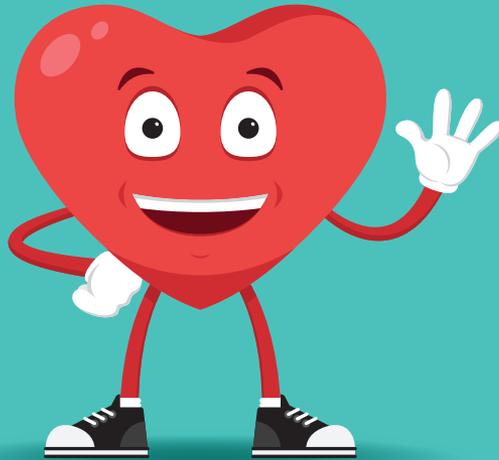


تم تصميم هذه النشرة لمساعدتك على إكتشاف
العلامات المبكرة لقصور عضلة القلب.



القلب السليم يعمل مثل
مضخة، تضخ الدم الى
جميع أنحاء الجسم.

في حالة "قصور عضلة
القلب" تكون قوة ضخ
القلب أضعف من المعتاد.



ما هو قصور عضلة القلب؟

من الممكن أن يبدو مصطلح "قصور عضلة القلب" مخيفًا جدًا ولكنه ببساطة يعني أن قلبك لا يمكنه ضخ كل الدم الذي يحتاجه جسمك بكفاءة. في حالة قصور عضلة القلب، لا يستطيع القلب أن يضخ الدم بشكل مناسب كما أنه لا يتمكن من الإمتلاء بالدم أو تفريره كما يجب. يسبب ذلك تراكم السوائل في جسمك؛ خاصةً في القدمين والكاحلين والساقين والبطن والرئتين أيضًا، ما يسبب لك ضيق بالتنفس.

قد تتطور الإصابة بقصور عضلة القلب على مدى سنوات عديدة أو قد تحدث سريعًا أحياناً، ويصاب الرجال والنساء على حد سواء. نحو ١ من بين كل ٥ أشخاص فوق سن ٤٠ سنة سيصابون بقصور عضلة القلب وهناك على الأقل ١٥ مليون شخص في أوروبا يتعايشون مع هذا المرض. التشخيص والعلاج المبكر يساعدانك على الإحتفاظ بصحة جيدة وتجذب زيارة المستشفى أو الإقامة بها. كثير من المصابين بقصور عضلة القلب يعيشون حياة نشطة عن طريق رعاية صحتهم جيداً وملاحظة أي تغييرات يشعرون بها.

على الأقل

15 مليون

شخص في أوروبا يتعايش مع هذا المرض.

ما هي الأسباب التي تؤدي إلى قصور عضلة القلب؟

هناك العديد من الأسباب التي تؤدي إلى الإصابة بـ قصور عضلة القلب. قد تتأثر فاعلية قلبك وقدرته على أداء وظيفته بسبب:

- إرتفاع ضغط الدم ❤️
- مرض السكر ❤️
- عدم إنتظام ضربات القلب ❤️
- أزمة قلبية ❤️
- مرض الشريان التاجي ❤️
- بعض عدوى القلب ❤️
- تعاطي المخدرات / الكحول ❤️
- مشاكل في القلب أنت مولود بها ❤️
- مرض صمام القلب ❤️

حوالي



5 1

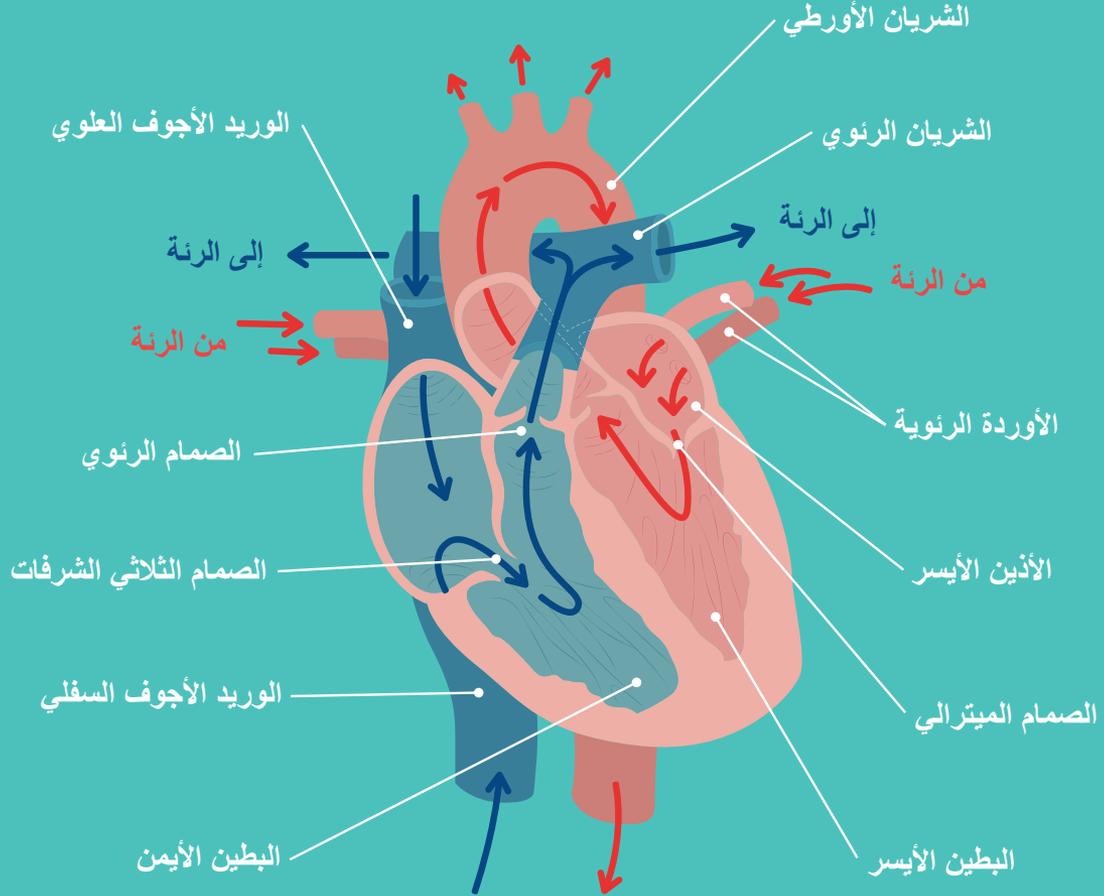


من كل

أشخاص فوق سن ٤٠ عاما سيصابون بـ قصور عضلة القلب خلال حياتهم.

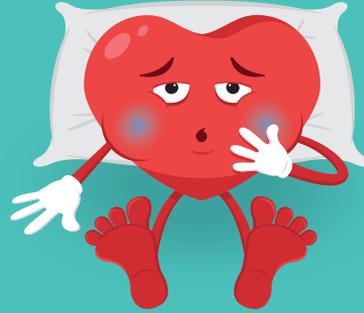
كيف يعمل قلبي؟

كلما دق قلبك، فإنه يضخ الدم إلى كل أجزاء الجسم. القلب السليم يدق حوالي ١٠٠,٠٠٠ مرة في اليوم. أي شيء يؤثر في ضخ القلب يكون له تأثير على أجسامنا وما نشعر به.





التعب الشديد أو فقدان الطاقة



ضيق في التنفس، خصوصاً عند
الإستلقاء



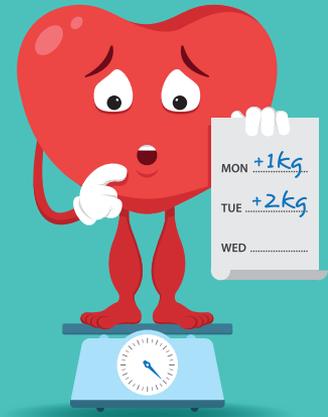
سرعة ضربات القلب أو الخفقان



السعال / الصفير



كثرة التبول، وخصوصاً أثناء الليل



زيادة الوزن خلال فترة قصيرة (< ٢
كجم على مدار يومين)

أعراض قصور عضلة القلب

لن يعاني كل المرضى من نفس الأعراض. العديد من الأعراض الشائعة لقصور عضلة القلب قد تكون ناجمة عن حالات مرضية أخرى، ولذلك فهذه الأعراض لا تخص قصور عضلة القلب فقط. إذا كنت تعاني أو عانيت أي من هذه الأعراض في الثلاثة أشهر الماضية يجب عليك إستشارة طبيبك.



ضيق في التنفس



تورم في الكاحلين / القدم / البطن



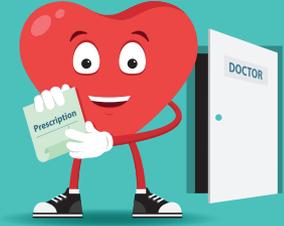
فقدان الشهية

كيف يتم علاج قصور عضلة القلب؟

التشخيص والعلاج المبكر لقصور عضلة القلب يمكن أن يحسن ما تشعر به إلى حد كبير كما يمكنه أن يحسن جودة حياتك. كثير من الناس يستطيعون التعايش بشكل جيد مع قصور عضلة القلب إذا تم علاجه ومتابعته بشكل صحيح، ويتضمن ذلك:

♥ الرعاية المستمرة من طبيبك أو ممرض متخصص في علاج قصور عضلة القلب.

♥ تناول الأدوية التي حددها لك طبيبك بانتظام.

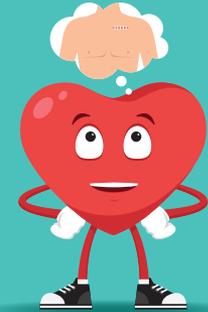


♥ تغيير نظامك الغذائي وممارسة الرياضة وتغيير أسلوب حياتك.

♥ متابعة وزنك بدقة وكذلك الأعراض الأخرى.



♥ ربما تركيب جهاز للقلب مثل مزيل الرجفان القلبي المزروع، أو جهاز تنظيم ضربات القلب، أو جهاز إعادة المزامنة القلبية (هذه الأجهزة توضع تحت الجلد في صدرك لمراقبة ضربات قلبك وتنظيمها).

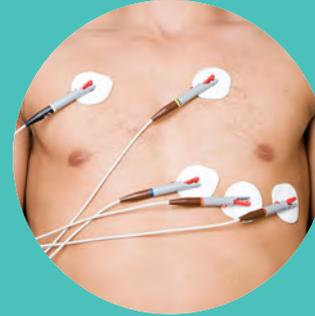


كيف أعرف إذا كنت مصابا بقصور عضلة القلب؟

أخبر طبيبك إذا كنت تعاني من أعراض قصور عضلة القلب. سيقوم الطبيب بفحصك ومن المرجح أن يتحقق من نبضك وضغط دمك ووزنك. لتشخيص الإصابة بقصور عضلة القلب قد تحتاج إلى إجراء مجموعة من تحاليل الدم وقد تضطر للذهاب إلى المستشفى لإجراء فحوص أخرى، مثل:



فحص BNP بالدم
نوع من تحليل الدم الذي يشير إلى احتمالية الإصابة بقصور عضلة القلب.



رسم قلب (تخطيط القلب)
للتبع النشاط الكهربائي بقلبك.



موجات قلب فوق صوتية (مخطط صدى القلب)
يأخذ صورًا من قلبك باستخدام الموجات فوق الصوتية.



أشعة سينية على الصدر
يلتقط صدرك من الداخل ويظهر القلب والرئتين.

تم إعداد هذا المنشور بموافقة المنظمات التالية الملتزمة بنشر الوعي عن قصور عضلة القلب.

CRÍ
Fighting Heart Disease & Stroke

**Pumping
Marvellous**
for heart failure patients

iHHub
The Global Voice for Heart Failure Patients

DIA KAR
Cardio **Alianza**

**ASSOCIAÇÃO
BATE BATE
CORÇÃO**

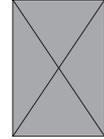
Vivre
AVEC
Association de Patients
mon insuffisance cardiaque

**The
Heartbeat
Trust**

HEART FAILURE PATIENT ALLIANCE
CRÍ **Heartbeat**

NIPC
National Institute for
Preventive Cardiology

**mon coeur
entre
parenthèses**
L'insuffisance cardiaque...



**جمعية العناية بالمرضى
أدوية مرض
القصور الكلي**
Association for the Care of Heart Failure Patients

Herschwäche Franken e.V.

**DEBRILLATORICI
DEUTSCHLAND e.V.**

GIC R
ASSOCIACIÓ GIRONINA DE PREVENCIÓ I AJUDA
A LES MALALTIES DEL COR

AISC9
Associazione Italiana
Scienziati Cardiaci

**Let the heat
go on**

SN
ORSZÁGOS BETEGGYESÜLET

NOVARTIS

بدعم منحة تعليمية خالية من القيود من شركة نوفارتيس.

091-544310

www.croi.ie

info@croi.ie

f CroiHeartCharity

t CroiCharity

CRÍ
Fighting Heart Disease & Stroke