

لقاء مع طبيب

لا علاقة لشدة الألم بالذبحة الصدرية

بغداد / د. محسن منير

الذبحة الصدرية حالة مرضية يشكو الكثير منها في العالم وهي احد امراض العصر الحديثة كما يصنفها بعض الاطباء... لكونها ازادت مع التطور الحديث... حيث ان زيادة التوتر وتغير طبيعة الغذاء والتلوث البيئي كلها عوامل مساعدة لزيادة امراض القلب... واحد اهم هذه الامراض واكثرها شيوعا هي الذبحة الصدرية **angina** وعن هذا الموضوع زرنا الدكتور محمد س. م. اختصاصي امراض القلب في عيادته و جلسنا معه لنبين لنا عن الذبحة الصدرية كمرض... ما اعراضه؟ وما اسبابه؟ كيفية الوقاية منه؟ وما علاجه؟

اهلا بك دكتور محمد في لقائنا هذا مع جريدة (المدى)...

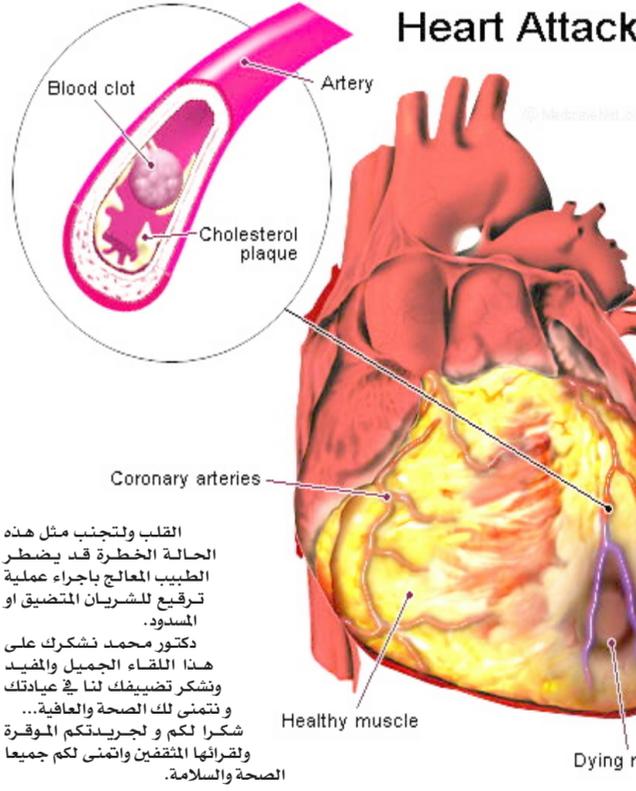
دكتور محمد... نتحدث قليلا عن الذبحة الصدرية ولنبدا بمعنى الذبحة الصدرية... ما الذبحة الصدرية؟

الذبحة الصدرية هي ألم في منطقة الصدر يحسه المريض نتيجة لنقص تدفق الدم وبالتالي الأوكسجين الى عضلات القلب. بشكل عام نتيجة لانسداد الشرايين القلبية... ويحدث الانسداد لاسباب مختلفة اكثرها شيوعا - تصلب الشرايين- والغريب في الذبحة الصدرية انها لا تحمل علاقة بين شدة الألم وقلة وصول الأوكسجين الى القلب... اي من الممكن ان يكون الألم شديدا مع نقصان قليل في تدفق الدم الى القلب، وبالعكس؛ من الممكن ان يكون هناك ذبحة صدرية بدون ألم - وهنا على الأكثر تكون لدى مرضى السكري -

اذن هي مرض ينتج عنه ألم قد يكون

شديدا أو ذبحة من دون ألم... طبيب ما اعراض الذبحة؟

أغلب المرضى المصابين بالذبحة يشكون عدم الراحة واختناقاً في منطقة الصدر أكثر من شعورهم بالألم. ويصفون هذه الحالة - عدم الارتياح - بضغط، ثقل، ضيق، عصر، اختناق... والألم يكون دائما في وسط الصدر وينتشر الى الذراع الأيسر، الكتف، الرقبة، الفك، وحتى الأسنان... وتزداد اعراض الذبحة مع الاجهاد النفسي والبدني... وتزداد نسبة حدوث الذبحة مع اتخام المعدة بالغذاء وفي درجات الحرارة المنخفضة... والألم قد يصاحبه ضيق في التنفس، تعرق، و - لعبان نفس كما يصفها المريض - في بعض الحالات... وتستمر النبوة الواحدة من 1 دقيقة الى 15 دقيقة وتنتهي مع خف الضغط المنخفض... والالتم قد يتوسع شرايين القلب المعروفة... اذا كانت الحالة بهذه الخطورة عافانا الله وإياكم والقراء منها.. فمن الضروري معرفة من هم الأكثر عرضة للصابة... المدخن، مريض السكري، مريض ارتفاع ضغط الدم و من لديه نسبة عالية من الكوليسترول في الدم... وطبعاً هناك أنواع مختلفة من الذبحة منها النبوة المستقرة وأخرى غير مستقرة ومعنى الاستقرار هنا اي ثبوت النبوة مع الاجهاد اما عدم الاستقرار حدوثها فجأة من دون اجهاد. ويصوره عامة تزداد نسبة حدوث الذبحة مع العمر عند النساء في الخمسينيات بعد توقف الحيض... وعند الرجال منذ الأربعينيات فما فوق حسب تراكم العوامل المساعدة في الشخص الواحد... وللحديث عن الوقاية والعلاج أهمية والوقاية خير من العلاج طبعاً. فما



الوقاية وما الطرق الموجودة حالياً في العراق لعلاج الذبحة الصدرية؟

الوقاية هي بتجنب العوامل المساعدة - ما عدا العمر لانه عامل غير قابل للتجنب - فالتدخين يجب ان يترك.. و مريض السكري يجب ان يحافظ على مستوى السكر بالدم بالمستوى الصحي ومريض السمنة يجب ان يخفف وزنه للوزن الصحي.. والحفاظ على مستوى ضغط دم صحي... كل هذه عوامل من الممكن ان نسيطر عليها بزيادة الوعي الصحي لدى القارئ وبالتالي تقليل نسبة حدوث الذبحة في المجتمع ككل.. اما العلاج فهو انواع: علاج دوائي يتناول ادوية يصفها الطبيب تساعد على تقليل الدهون في الدم و اخرى تخفف الضغط وبالتالي تقليل العوامل المساعدة... وعلاج الشرايين القلبية الضيقة وبالتالي تقليل الألم عند المريض... و اجراء عملية قسطرة لفتح الشرايين الضيقة والمسدودة لتعود الشرايين تزود القلب بالدم المطلوب... وفي الحالات الشديدة من انسداد الشريان والتي تعرف بالاحتشاء القلبي تموت خلايا محددة من عضلات

الشيء الأخضر يقلل من انتشار الخلايا السرطانية في جسم الانسان

أكدت دراسة علمية أجريت في اليابان استمرت نحو 14 عاماً، أن تناول العديد من أكواب الشاي الأخضر يوميًا في الأقل (5) أكواب، قد يحول دون الإصابة بسرطان البروستاتا "Prostate cancer" وقد يقلل من انتشار الخلايا السرطانية في الأشخاص المصابين بالسرطان. لديهم هذا النوع من السرطان.

ووجدت الدراسة، التي أجريت على 50 ألف رجل ياباني تتراوح أعمارهم بين 40 و 69 عاماً، أن هؤلاء الذين يشربون خمسة أكواب من الشاي الأخضر يوميًا، انخفض بينهم احتمال التعرض للإصابة بسرطان البروستاتا، بعدد النصف، مقارنة مع آخرين يتناولون أقل من كوب يوميًا.

وحسب ما اشار اليه فريق الدراسة، فإن مادة "كاتشين"، التي تتوفر في أوراق الشاي الأخضر، ربما تتضمن محفزات تعمل على وقف نمو الخلايا السرطانية، أو تساعد في خفض هرمون "الستوسترون". وكانت دراسة أخرى، قد أظهرت مؤخرًا أن الشاي الأخضر ربما يمنع أيضاً الإصابة بسرطان "البوليبيثيون"، أن مركب "البوليبيثيون"، الموجود بأوراق الشاي، ساعد على الحد من نمو أورام سرطانية، أثناء تجارب على الفئران. وذكرت الدراسة، التي تم عرض نتائجها أمام مؤتمر دولي حول آفاق الوقاية من السرطان، عقد مؤخرًا برعاية الجمعية الأمريكية لبحوث السرطان، أن مركب "البوليبيثيون" ساعد على الحد من نمو أورام سرطانية بهذه المواد، والذي من شأنه أن يفتح باب لعلاج السرطان بشكل عام.

العلاج بالماء حقيقة علمية



العلاج بالماء وجد منذ عام 1829 على يد الفلاح فنست بريسنيتز حينما اتبع هذه الطريقة لتخفيف الألم وطورت على اساس طبي من قبل عالمن بريطانيين ونشر على هذا الاساس كتاب (The History of cold bathing) لشهير والذي ترجم الى لغات عديدة.

علاج امراض الروماتزم عن طريق الماء لها اساس تاريخي قديم في الحضارة المصرية والارغريقية... والان تعالج امراض الجهاز العضلي والمفاصل بالماء ايضا وامراض اخرى مثل اصابة الحبل الشوكي والتهاب المفاصل وحتى بعض انواع الشلل وفي الطب البيطري فان الكلاب والخيول تعالج كسورها وامراضها العصبية بالماء ايضا...

الحقيقة تكمن في كون الغوص في الماء يقلل الوزن لذا فان التمارين في الماء مع تحفيز عاملين هما تسوج الماء على الجسم وتغير درجة حرارة الماء حسب الحاجة العلاجية هما من اهم العوامل اللازمة للعلاج.. ويعد ان كانت الدراسات قليلة على هذا النوع من العلاج فان عام 2006 شهد اولي الدراسات المهمة في هذا الجانب من قبل (Rhen-annals of matid diseases) ناقشت جدوى العلاج بالماء لأمراض المفاصل مع الاخذ بنظر الاعتبار الفوائد المهمة وهي قلة تكاليف العلاج بالماء وعدم وجود اعراض جانبية كما هو الحال في الطرق العلاجية الدوائية.. وهذه الطريقة تستند الى

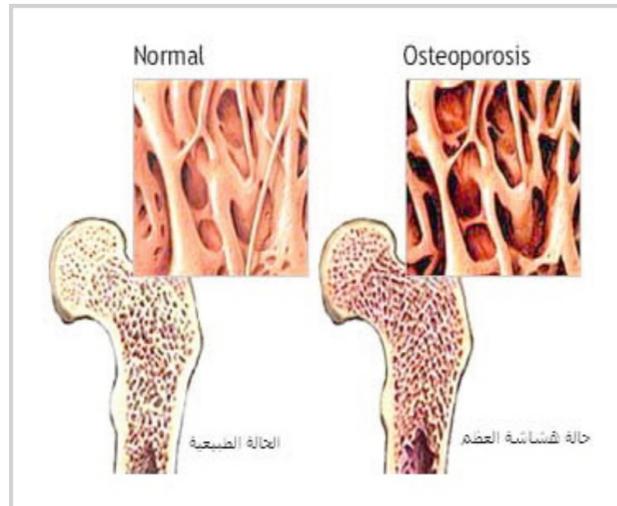
العلاج الطبيعي لانه في بعض الحالات المرضية يكون سببا لتحريك العظم وخصوصا في حالة وجود تكلس في عظم القدم... وان العملية الجراحية لهذه الحالة تكون بسيطة جدا وتعتمد على الجراح الذي سوف يقوم بالجراحة ولا تحتاج الى عملية كبرى وانما فقط اجراء تخدير القدم المصابة ثم نبذا بقص النتوء العظمي الموجود نتيجة التواء الاصبع كذلك نقص الوتر الخارجي للاصبع الكبير كي تمنع اعادة الالتواء ويكون الاصبع في حالة توازن.. والعملية لا تحتاج الى البقاء فترة طويلة وقد لا تحتاج الى المكوث في المستشفى لايام وانما المدة التي تستغرق قد تكون ستا وثلاثين ساعة.. وهناك بعض المرضى يجهل المعلومات الطبية عن هذا المرض ويعتقد ان علاجه يكون عن طريق الابر الصينية التي اصبح بعض الاشخاص يتبعها ويلجأ اليها ولكن النتيجة تكون واحدة ان العلاج يجب ان يكون تدريجيا للقضاء على الاعراض الأولية للاصابة بالتواء عظم القدم والان البعض من النساء لا تلتزم بالتعليمات الطبية في بداية الاصابة وتتجاهل الارشادات الطبية من ان ارتداء الاحذية الضيقة تكون سببا مباشرا وحافزا لتكلس مفصل الاصبع والذي ينقل الألم الى الأطراف الأخرى وهنا يصعب على المريض السير بحرية ويوجد صعوبة في الحركة بالنسبة لقدم المصابة بالتواء نتوء العظم.. امراض كبرى في العمر كانت تنتظر الطبيب للاطلاع على الأشعة وهي تقول لقد بدأت احد صعوبة في السير ولا استطع المشي على قدمي اليمنى لان كما ترون العظم بالنسبة لا تطمئن واصبحت احد صعوبة في تحريك القدم بكاملها وقد اوضحت الأشعة ان هناك تكلسا في الأطراف اليمنى للقدم ولا نعلم سبب الاصابة ولكن بمرور الوقت بدأ الألم يشتد ولا تنفع المسكنات وانا انتظر رأي الطبيب لمعرفة ما سوف يقدره. اختصاصيون بالعظام والمفاصل يؤكدون يجب الانتباه الى الاعراض الأولية قبل ان تصعب معالجة الربيع المصاب وذلك عن طريق الانتباه الى اطراف القدم في حالة حدوث تغيرات وظهور نتوء صغير من العظم للابهام وهذه الحالة ليس فقط عند الاشخاص البالغين ولكن قد تكون عند الاطفال في حالة تعرضهم الى حادث بسيط يؤدي الى التواء عظم القدم مما يكون سببا لالتهاب النتوء وهنا يجب التدخل الجراحي بصورة سريعة لان التكلس قد يمتد الى اجزاء اخرى من القدم وهنا تكون حالة الطفل خطيرة وتكون

الحالة المرضية التي قد تصل الى مرحلة تحتاج الى التدخل الجراحي وباسرع وقت ممكن.

فرح فتاة تبلغ من العمر واحدا وعشرين عاما وهي طالبة جامعية تعاني ألما شديدة في الرجل في نفس الوقت لانها لا تستطيع ارتداء الاحذية لوجود التواء في عظم القدم مما سبب لها الاحراج الكبير تقول فرح لقد احسنت بالالم ولكن لم اكن اعلم ان حالتي الصحية بدأت تسوأ يوما بعد يوم وان العملية قد تكون خطيرة ولكن الطبيب يقول ان الحالة يمكن معالجتها عن طريق جراحة بسيطة ولا تحتاج الى الخوف والتقلق ولكن السبب الرئيسي للاصابة هو ارتداء الاحذية الضيقة مما سبب التواء وحداث تكلس في مفصل الاصبع وهذا سبب الألم في جميع الأطراف الأخرى في نفس القدم. يقول الدكتور احمد طبيب اختصاص اقدم لأمراض الروماتزم والمفاصل وهو طبيب جراح في مستشفى الجامعة. في حالة الالتواء في بداية الامر فالعلاج يكون طبييا عبر وضع فاصل بين الاصابع لتخفيف الألم وهذا الفاصل قد يكون غير موجود في بعض المراكز الطبية الخاصة بعلاج المفاصل واذ لم ينفع يكون لابد من اجراء وتدخل جراحي لتجميل القدم لاصلاح الخلل التكويني للقدم وتقويم العظام.. وهنا ننصح المصاب بعدم اجراء

مرض خفي يصيب الفتيات

بغداد / ايناس طارق



مرض ترقق العظام أو ما يسمى طبيا وعلميا (الهاليكس فالكوس) والذي يصيب النساء وبمختلف الاعمار بنسبة اكبر من اصابة الرجال ولكن يجب ان تكون المرأة على علم وندبها معلومات ولو كانت بسيطة لمواجهة الازمنة وتو كانت بنسبة تقلل من تدهور الوضع الصحي لها.

الدكتور حيدر طبيب اختصاص امراض العظام والمفاصل في مستشفى الكرخ العام يقول ان هذا المرض يسمى علميا وطبيا (الهاليكس فالكوس) هو نوع من التشوهات الكثيرة الحدوث وهو عبارة عن نتر العظام والانسجة يصيب المفصل الكبير من ابهام القدم بسبب اتجاه العظم المشطى الاول الى الداخل مما يسبب للابهام انحناء بشكل زاوية والعظمة الناشئة عن ذلك تاخذ با احتكاك مع داخل الحذاء مما يسبب التهاب الغشاء والسائل حول المفصل المشطى وحدوث ألم كبير وهنا يكون دور المسكنات الطبية قد انتهى الفصول ويجب التوجه الى التدخل الجراحي وباسرع وقت لان الحالة بدأت تدق ناقوس الخطر لان التكلس بدأ يمتد الى الاجزاء الأخرى من القدم..

المرضية رشا جاءت الى الطبيب الاختصاصي لمعرفة اسباب الألم الكبيرة والتي جعلتها لا تستطيع الحركة بحرية وانما بنوع من الحذر والخوف وعدم استطاعة المشي بشكل طبيعي تقول المريضة لقد وصف الطبيب ادوية مسكنة لم تساعد كثيرا على مقاومة الألم الذي بدأ يشتد ويجعلني في حالة نفسية لا اطيع من حولي وبيدات لا استطع الذهاب الى الوظيفة وبعد عرض الحالة على الأطباء الاختصاص كان لابد من اجراء عملية جراحية لقص النتوء العظمي وبعد الاستشارة عن خطورة العملية الجميع يؤكد انها بسيطة وليست خطيرة وقد كانت والدتي مصابة بنفس الاعراض المرضية ولكنها لم تحتاج الى اجراء عملية جراحية لانه حسب ما يؤكد الطبيب ان الحالة قد تكون وراثية او بسبب الارتظام بجسم سميك كان السبب في حدوث التواء بسيط ونتيجة الاحتكاك مع الاحذية الجلدية الضيقة بالنسبة للعظم المصاب تازمت الازمنة وحدت تضخم نتوء العظم وهنا كان السبب في حدوث الألم التي لاتطاق..

نزار مريض يبلغ من العمر خمسين عاما ويحمل معه مجموعة من الفحوصات الطبية لعرضها على الطبيب الاختصاص يقول نزار لقد راجعت كثيرا وقد علمت ان اصابتي تسمى (داء التقرس) وهو مرض عظام وقد توارثنا ذلك من والدي الذي كان مصابا

بمرض خفي يصيب الفتيات

مرض ترقق العظام أو ما يسمى طبيا وعلميا (الهاليكس فالكوس) والذي يصيب النساء وبمختلف الاعمار بنسبة اكبر من اصابة الرجال ولكن يجب ان تكون المرأة على علم وندبها معلومات ولو كانت بسيطة لمواجهة الازمنة وتو كانت بنسبة تقلل من تدهور الوضع الصحي لها.

الدكتور حيدر طبيب اختصاص امراض العظام والمفاصل في مستشفى الكرخ العام يقول ان هذا المرض يسمى علميا وطبيا (الهاليكس فالكوس) هو نوع من التشوهات الكثيرة الحدوث وهو عبارة عن نتر العظام والانسجة يصيب المفصل الكبير من ابهام القدم بسبب اتجاه العظم المشطى الاول الى الداخل مما يسبب للابهام انحناء بشكل زاوية والعظمة الناشئة عن ذلك تاخذ با احتكاك مع داخل الحذاء مما يسبب التهاب الغشاء والسائل حول المفصل المشطى وحدوث ألم كبير وهنا يكون دور المسكنات الطبية قد انتهى الفصول ويجب التوجه الى التدخل الجراحي وباسرع وقت لان الحالة بدأت تدق ناقوس الخطر لان التكلس بدأ يمتد الى الاجزاء الأخرى من القدم..

المرضية رشا جاءت الى الطبيب الاختصاصي لمعرفة اسباب الألم الكبيرة والتي جعلتها لا تستطيع الحركة بحرية وانما بنوع من الحذر والخوف وعدم استطاعة المشي بشكل طبيعي تقول المريضة لقد وصف الطبيب ادوية مسكنة لم تساعد كثيرا على مقاومة الألم الذي بدأ يشتد ويجعلني في حالة نفسية لا اطيع من حولي وبيدات لا استطع الذهاب الى الوظيفة وبعد عرض الحالة على الأطباء الاختصاص كان لابد من اجراء عملية جراحية لقص النتوء العظمي وبعد الاستشارة عن خطورة العملية الجميع يؤكد انها بسيطة وليست خطيرة وقد كانت والدتي مصابة بنفس الاعراض المرضية ولكنها لم تحتاج الى اجراء عملية جراحية لانه حسب ما يؤكد الطبيب ان الحالة قد تكون وراثية او بسبب الارتظام بجسم سميك كان السبب في حدوث التواء بسيط ونتيجة الاحتكاك مع الاحذية الجلدية الضيقة بالنسبة للعظم المصاب تازمت الازمنة وحدت تضخم نتوء العظم وهنا كان السبب في حدوث الألم التي لاتطاق..

نزار مريض يبلغ من العمر خمسين عاما ويحمل معه مجموعة من الفحوصات الطبية لعرضها على الطبيب الاختصاص يقول نزار لقد راجعت كثيرا وقد علمت ان اصابتي تسمى (داء التقرس) وهو مرض عظام وقد توارثنا ذلك من والدي الذي كان مصابا

تبؤل الأطفال في الفراش

المواطنة ام ياسر تسأل عن طريقة لمنع الطفل من التبول في الفراش ليلا و يبلغ عمر طفلها خمس سنوات؟

الجواب للدكتور غ. م. أ. اختصاص اطفال.. ليس المنع هو الحل والعقاب من شأنه ان يزيد الحالة ولكن ملاحظة السبب هو الالهم للعلاج ومن اسباب هذه الحالة.. النوم العميق. الضغط النفسي. الاضطراب العقلي. اسباب تتعلق بالجينات والوراثة. وهناك اطفال آخرون يكون السبب لديهم زيادة إنتاج البول

فقدان الشهية عند الأطفال

المواطنة ام علاء تسأل عن طفلها الذي يبلغ 10 شهور، وتعاني معه فقدان الشهية، فهو لا يأكل كثيرا، ولم تظهر له اسنان. و تريد ان تعرف ما اسباب تأخر التسنين؟ وما اسباب فقدان الشهية؟ ووزن الطفل 10 كغم؟

وهل الرجيم يؤثر في الرضاعة الطبيعية؟

الاجابة للدكتور غ. م. أ. اختصاص اطفال.. يجب على الاخت ام علاء ان تجرى مجموعة تحاليل للطفل أهمها صورة دم كاملة FBC حيث من الممكن ان تكون هذه دلالات نقص كالسيوم أو لين عظام، لذا يفضل ان تجرى تحاليل كالسيوم لتعويض

ظاهرة مص الاصابع

المواطنة م. م. يبلغ طفلي من العمر عامين... وما زالت عادة مص الاصابع تلازمه حتى الآن وهذا يقلقني، فما العمل؟

الجواب للدكتور غ. م. أ. الجواب للاخت م. م. هو بطرق الاقتناع.. وهو ان تطلي منه الدخول في تحدي مع نفسه لمدة محددة ليتربك عادة مص الاصبع في مقابل مكافأة أو حافز كبير له.. او - طريقة تحدي الاباء، وذلك بوضع ملح على الاصبع، أو أي مادة لاذعة تمنع الطفل عن مص اصبعه مرة أخرى ويتم اللجوء إليها بعد الطريقة الأولى.

والسبب وراء سعي الأمهات لترك أطفالهن هذه العادة أنها تسبب اعوجاجاً في الفك وفي



المواطنة م. م. يبلغ طفلي من العمر عامين... وما زالت عادة مص الاصابع تلازمه حتى الآن وهذا يقلقني، فما العمل؟

الجواب للدكتور غ. م. أ. الجواب للاخت م. م. هو بطرق الاقتناع.. وهو ان تطلي منه الدخول في تحدي مع نفسه لمدة محددة ليتربك عادة مص الاصبع في مقابل مكافأة أو حافز كبير له.. او - طريقة تحدي الاباء، وذلك بوضع ملح على الاصبع، أو أي مادة لاذعة تمنع الطفل عن مص اصبعه مرة أخرى ويتم اللجوء إليها بعد الطريقة الأولى.

والسبب وراء سعي الأمهات لترك أطفالهن هذه العادة أنها تسبب اعوجاجاً في الفك وفي