

بیماری های قلبی عروقی (به مناسبت روز جهانی قلب – 7 مهر ماه 1404)

بیماری های قلبی عروقی (CVD) قاتل شماره یک جهانی و عامل سالیانه 20.5 میلیون مرگ در جهان

don't miss a beat (هیچ ضربان قلبی را از دست ندهید)

بیماری های قلبی-عروقی دسته ای از بیماری ها هستند که **عروق خونی** یا قلب را تحت تاثیر قرار می دهند. **80 درصد** حملات قلبی عروقی و سکتة های قلبی قابل پیشگیری هستند. در ایجاد این بیماری ها ترکیبی از عوامل خطر اجتماعی، اقتصادی، رفتاری و محیطی دخالت دارند. فشار خون بالا، رژیم غذایی ناسالم، کلسترول خون بالا، دیابت، آلودگی هوا، چاقی و استعمال دخانیات، بیماری کلیوی، فعالیت بدنی ناکافی، سوء مصرف الکل، استرس، سابقه فامیلی، جنس، سن و نژاد در ابتلا به بیماری قلبی عروقی نقش دارند. مرگ های ناشی از بیماری های قلبی عروقی، اغلب در جمعیت زیر **70 سال** اتفاق می افتد (مرگ زودرس) که در این میان **85 درصد** مرگ های این گروه ناشی از سکتة و حمله قلبی است.

نشانه های بیماری قلبی عروقی چیست؟

اغلب اوقات بیماری قلبی-عروقی نشانه زمینه ای ندارد و اولین علامت می تواند یک حمله قلبی یا سکتة باشد

✓ درد سینه، سفتی سینه، احساس فشار و ناراحتی در سینه

✓ درد، خستگی، احساس کرختی و بی حسی در پاها یا بازوها

✓ درد ناحیه گردن، شانه، فک و پشت

علائم حمله قلبی در مردان، درد سینه شدید و درد بازوی چپ یا فک و تنفس مشکل می باشد. و در زنان شاید همان علائم وجود داشته باشد اما درد آن ها منتشر بوده و ممکن است به شانه ها، گردن، بازوها، شکم و پشت انتشار یابد. همچنین تظاهرات ممکن است شبیه علائم گوارشی (تهوع، درد سر دل) باشد و درد شاید مداوم نباشد یا ممکن است تنها بصورت یک حالت عصبی غیر قابل توصیف، گیجی، طپش قلب، عرق سرد باشد. همچنین در زنان حملات قلبی اولیه شدید هستند که تناوب بیشتر منجر به مرگ می شود. با این حال، بیماری های قلبی عروقی شامل بیماری هایی است که پس از تشخیص درمان آن ها آسان است.

دکتر مریم یزدی زاده

رئیس گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری های غیر واگیر