

مجموعه پزشکی خانواده

درد قلبی و سکته قلبی

## توجه!

این کتاب مشمول قانون حمایت از حقوق مؤلفان و مصنفان است. تکثیر کتاب به هر روش اعم از فتوکپی، ریسوگراف، تهیه فایل های pdf یا لوح فشرده، بازنویسی در وبلاگ ها یا سایت ها یا مجله یا کتاب، بدون اجازه کتبی باشد. شرعاً و قانوناً مجاز نیست و موجب پیگرد قانونی می شود.

# درد قلبی و سکته قلبی

تألیف

دکتر کریس دیویدسون

ترجمه

رشاد مردوخی

بانک پاسارگارد

مؤسسه فرهنگی هنری فروغ اندیشان هنر



سرشناسه	دیویدسن، کریستوفر Davidson, Christopher
عنوان و نام پدیدآور	درد قلبی و سکتة قلبی / تألیف کریس دیویدسون؛ ترجمه رشاد مردوخی.
مشخصات نشر	تهران: کتاب ارجمند: ارجمند: نسل فردا، ۱۳۸۹.
مشخصات ظاهری	۱۲۰ ص: جدول.
فروست	مجموعه پزشک خانواده
شابک	978-600-200-012-5
وضعیت فهرست نویسی: فیبا	
یادداشت	عنوان اصلی: Understanding Angina and heart attack, c2005.
موضوع	آنژین صدری
موضوع	سکتة قلبی
شناسه افزوده	مردوخی، رشاد، ۱۳۳۸ - مترجم
رده بندی کنگره	RC۶۸۵/۱۸۴۵۹ ۱۳۸۹
رده بندی دیویی	۶۱۶/۱۲۲
شماره کتابشناسی ملی	۲۱۸۱۲۵۷



#### درد قلبی و سکتة قلبی

تألیف: کریستوفر دیویدسن

مترجمان: رشاد مردوخی

ناشر: کتاب ارجمند (با همکاری انتشارات ارجمند و نسل فردا)

صفحه آرای: قدیم خانی، طراح جلد: فاطمه پاشاخانیلو

چاپ: سمارنگ، چاپ اول، ۲۲۰۰ نسخه ۱۳۸۹، بهاء: ۲۵۰۰ تومان

فروشگاه اینترنتی

[www.arjmandpub.com](http://www.arjmandpub.com)

#### مرکز پخش: انتشارات ارجمند

- دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خیابان کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲ تلفن: ۸۸۹۷۷۰۰۲
- شعبه اصفهان: خیابان چهارباغ بالا، پاساژ هزارجریب تلفن: ۰۳۱۱-۶۲۸۱۵۷۴
- شعبه مشهد: خیابان احمدآباد، پاساژ امیر، کتاب دانشجو تلفن: ۰۵۱۱-۸۴۴۱۰۱۶
- شعبه بابل: خیابان گنج افروز، پاساژ گنج افروز تلفن: ۰۱۱۱-۲۲۲۷۷۶۴
- شعبه رشت: خیابان نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی تلفن: ۰۱۳۱-۳۲۳۲۸۷۶

# فهرست

۷	مقدمه.....
۹	علل دیگر گرفتاری های قلبی.....
۱۰	بیماری پولدارها.....
۱۱	علل مرگ مردان و زنان زیر ۷۵ سال در بریتانیا.....
۱۲	نخستین تشخیص بیماری کرونری قلب.....
۱۸	قلب چگونه کار می کند؟.....
۱۹	دستگاه قلبی-عروقی.....
۲۴	آیروم.....
۲۶	ترومبوز.....
۲۸	سکنه ی قلبی.....
۳۲	نارسایی قلبی.....
۴۰	سابقه ی خانوادگی.....
۵۱	شناخت علامت.....
۵۴	مراحل بیماری کرونری قلب.....
۹۲	بازگشت به خانه.....
۹۳	مصرف دارو پس از بازگشت به خانه.....
۱۱۰	تغذیه ی سالم.....
۱۱۱	چهارگام برای تغذیه ی سالم.....

## پیشگفتار

سکته قلبی اولین علت مرگ و میر در همه جوامع است. میزان سکته قلبی و دردهای قلبی با صنعتی شدن جوامع و تغییر شیوه‌های زندگی و عادات غذایی روبه افزایش است.

در این کتاب با علل ایجاد سکته قلبی، علایم درد قلبی و روش‌های پیشگیری و درمان آنها آشنا می‌شوید.

### دکتر کریستوفر دیویدسون

متخصص بیماری‌های قلبی در برایتون و از استادان بنام در روش دال می‌باشند. ایشان تجربه وسیعی در بیماری رگهای قلبی و افزایش فشار خون داشته و هم‌اینک رئیس کارگروه توانبخشی قلبی در بنیاد قلب بریتانیا می‌باشند.







## مقدمه

درد قلبی و سکته‌ی قلبی در بریتانیا بیش از هر بیماری دیگر مردان، و شش برابر سرطان پستان زنان را از پای درمی‌آورد. علت این ناخوشی‌ها بیماری سرخرگ‌های کرونری است، رگ‌های خونی حیاتی با قطر فقط چند میلی‌متر که خون ماهیچه‌ی قلب را تأمین می‌کنند. سرخرگ‌های کرونری در بیماران دچار درد قلبی به تدریج با چربی تنگ می‌شوند، و اگر کاملاً بسته شوند، سکته‌ی قلبی رخ می‌دهد. پزشکان این فرایند را بیماری کرونری قلب، یا به اختصار CHD، می‌خوانند.

بیماری کرونری قلب در ۵۰ سال گذشته در تمام مغرب‌زمین بیشتر شده، و اکثر مردم دوست یا خویشاوندی گرفتار سکته‌ی قلبی بدون اخطار قبلی دارند. تحقیقات پزشکی برخی عوامل مهم مسئول بیماری کرونری قلبی را کشف کرده‌اند و حالا راه‌های زیادی برای جلوگیری از آن در افراد در معرض خطر می‌شناسیم. این کتاب درباره‌ی علت بروز این بیماری و راه‌های درمان آن است.

### نام بیماری

اصطلاحات زیادی برای توصیف بیماری کرونری قلب

اختصار	نام	توضیح
CAD	بیماری کرونری قلب	بیماری خود رگ‌های کرونری
IHD	بیماری ایسکمیک قلب	تنگ شدن رگ‌های خونی که منجر به ایسکمی (نرسیدن خون کافی) ماهیچه‌ی قلب می‌شود.
MI	انفارکتوس (آنفاکتوس) میوکارد، ترومبوز کرونری، حمله قلبی، سکته قلبی	مرگ ناحیه‌ای از ماهیچه‌ی قلب در نتیجه‌ی توقف تأمین خون آن

وجود دارند. در این کتاب از همین نام استفاده می‌شود، ولی ممکن است نام‌های دیگر زیر را هم از پزشکان بشنوید.

بیماری کرونری قلب می‌تواند مشکلات زیادی برای قلب ایجاد کند، که همه‌ی آن‌ها نتیجه‌ی نرسیدن اکسیژن کافی به ماهیچه‌ی قلب هستند. شایع‌ترین این گرفتاری‌ها عبارتند از:

### درد قلبی (آنژین صدری)

درد در ناحیه‌ی سینه که معمولاً در هنگام فعالیت رخ می‌دهد؛ این درد ممکن است نه تنها در هنگام ورزش و دویدن، بلکه با کارهای جسمانی روزمره هم بروز کند. این درد با استراحت تسکین می‌یابد.

### سکته‌ی قلبی (انفارکتوس میوکارد یا MI) یا حمله‌ی قلبی

درد خطرناک قفسه‌ی سینه به هنگام مسدود شدن کامل سرخرگ کرونری، که منجر به آسیب دیدن منطقه‌ای از ماهیچه‌ی قلب می‌شود.

بیماری‌های دیگری که اغلب در اثر بیماری کرونری قلب روی می‌دهند عبارتند از:

### **نارسایی قلبی**

ماهیچه‌ی قلب چنان آسیب دیده‌است که نمی‌تواند خون کافی برای تمام بدن تلمبه کند، و به تنگی نفس و احتباس آب منجر می‌گردد.

### **بی‌نظمی در ضربان قلب (آریتمی)**

بی‌نظمی ضربان قلب می‌تواند باعث احساس تپش قلب شود، ولی گاهی هم آنقدر جدی است که قلب را به کلی از زدن بازمی‌دارد.

### **علل دیگر گرفتاری‌های قلبی**

همه‌ی ناراحتی‌های قلبی بیماری کرونری قلب نیستند، ولی این شایع‌ترین آن‌ها در بریتانیا است. گرفتاری‌های دیگر قلب عبارتند از:

### **بیماری مادرزادی قلب**

ناهنجاری قلب از آغاز تولد، مثل وجود سوراخی در قلب.

### **کاردیومیوپاتی**

بیماری‌هایی که به ماهیچه‌ی قلب مستقیماً آسیب می‌رسانند، نه از طریق سرخرگ‌های کرونری.

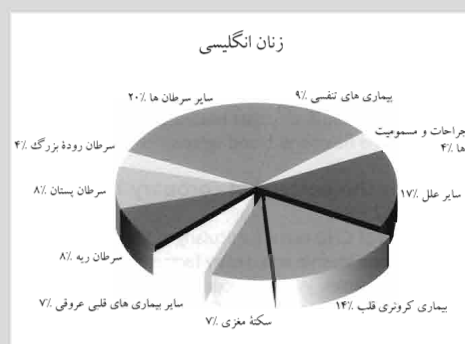
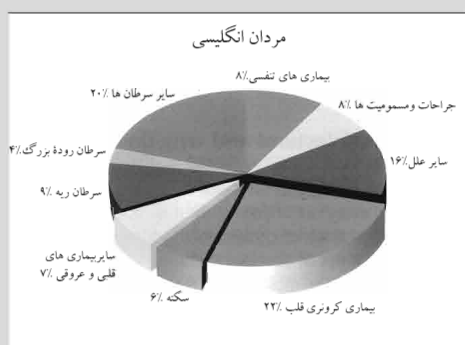
### **بیماری دریچه‌ای قلب**

آسیب‌دیدگی هر یک از چهار دریچه‌ی کنترل جریان خون در قلب.

### **چه کسانی دچار بیماری قلبی می‌شوند؟**

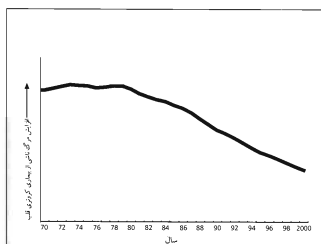
تعداد افرادی که به بیماری کرونری قلب مبتلا می‌شوند

## علل مرگ مردان و زنان زیر ۷۵ سال در بریتانیا



در کشورهای مختلف به شدت متفاوت است. همه‌ی ما عادت کرده‌ایم فکر کنیم هر بیماری در کشور خاصی

### کاهش میزان مرگ‌ومیر در اثر CHD در بریتانیا

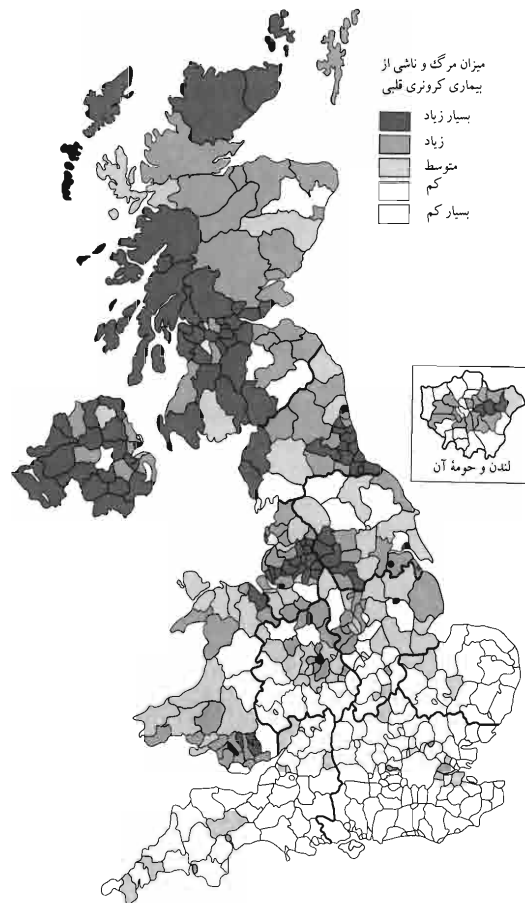


بیشتر از جاهای دیگر شایع است، ولی به کشور خود به همین صورت توجه نمی‌کنیم. اما اگر از سیاره‌ای دیگر به زمین نگاه کنیم، از میزان بالای بیماری قلبی در بریتانیا به همان اندازه‌ی میزان مالاریا در مناطق گرمسیری تعجب خواهیم کرد.

### بیماری پولدارها

به طور کلی، بیماری کرونری قلب بیماری کشورهای ثروتمند است و در مناطق عقب‌افتاده مثل آفریقا کمتر شایع است. در شمال اروپا، امریکای شمالی، و استرالیا بیشتر از جاهای دیگر دیده می‌شود. به نظر می‌رسد بیماری کرونری قلب به برخی شیوه‌های زندگی مرتبط باشد، چون مردمانی که از کشورهای در حال توسعه به کشورهای ثروتمند مهاجرت می‌کنند نیز بیشتر دچار این بیماری می‌شوند تا آنهایی که در کشور خود مانده‌اند. این مخصوصاً در مورد مهاجران شبه‌قاره‌ی هند درست است که حتی میزان ابتلا در آن‌ها بیشتر از متولدان در خود بریتانیا است.

### میزان مرگ و میر در اثر CHD در مناطق مختلف بریتانیا



### تغییرات ناحیه‌ای

در اروپا هم تفاوت‌های زیادی بین میزان ابتلا در کشورهای مختلف و حتی بین نواحی مختلف یک کشور وجود دارد. به طور کلی، بیماری کرونری قلب در جنوب اروپا کمتر از کشورهای اسکاندیناوی شایع است و شاید این یکی از دلایل محبوبیت رژیم غذایی مدیترانه‌ای باشد. بسیاری مردم معتقدند این شیوه‌ی غذا خوردن - خوردن زیاد سبزیجات، سالاد، میوه، و ماهی، و خوردن کمتر گوشت قرمز یا فراورده‌های لبنی - می‌تواند بدن را در برابر بیماری قلبی محافظت کند (توضیح بیشتر در این باره در صفحات ۱۰۷ تا ۱۱۱ آمده است).

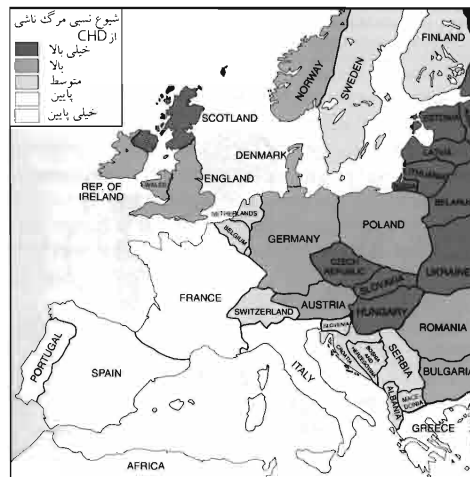
در خود بریتانیا تفاوت‌های زیادی در بروز بیماری قلبی در نواحی مختلف وجود دارد؛ بالاترین میزان در نواحی قدیمی صنعتی است: شمال انگلستان، اسکاتلند، ولز، و ایرلند شمالی.

### نخستین تشخیص بیماری کرونری قلب

گرچه توصیف بیماری کرونری قلب به دنیای باستان برمی‌گردد، تا بعد از جنگ جهانی دوم به عنوان یک بیماری شایع شناخته نشده بود. میزان بیماری قلبی، مخصوصاً در مردان جوان، به طرز نگران‌کننده‌ای بالا رفت، و در سال‌های دهه‌ی ۱۹۷۰ در آمریکا و استرالیا، و در سال اواسط دهه‌ی ۱۹۸۰ در بریتانیا به اوج رسید که از آن زمان به تدریج پایین آمده است. متأسفانه، میزان مرگ‌ومیر در اروپای شرقی به سرعت رو به افزایش دارد، روسیه و کشورهای حوزه‌ی بالتیک در بالای فهرست قرار دارند. همچنین روند نگران‌کننده‌ای در آسیا هم وجود دارد که رفاه افزایش سریع بیماری کرونری قلب را به ارمغان آورده است.

به رغم بهبود سال‌های اخیر در بریتانیا، بیماری کرونری قلب هنوز یک گرفتاری جدی سلامت عمومی

## تفاوت‌های میزان CHD در اروپا



است. این بیماری در افراد سالمند شایع‌تر است و در مردان چهار برابر زنان پیش از یائسگی (زنانی که هنوز چرخه‌ی قاعدگی آن‌ها متوقف نشده) است. در مردان جوان، شایع‌ترین علت مرگ پس از حوادث است.

### علل احتمالی بیماری کرونری قلب

چرا بیماری کرونری قلب در بریتانیا شایع است؟ علت آن به طور کامل مشخص نیست، ولی به نظر می‌رسد رژیم غذایی، مصرف دخانیات، کمبود تحرک، و فقر اجتماعی در آن تأثیر داشته باشند. البته فقر، کم‌تحرکی، و سیگار کشیدن در کشورهای دیگری که میزان بیماری کرونری قلب در آن‌ها کم‌تر است نیز وجود دارند، و به همین دلیل بر روی رژیم غذایی به عنوان عاملی مهم در بریتانیا تأکید می‌شود. در حال حاضر نگرانی خاصی در مورد افزایش تعداد افراد با وزن زیاد، حتی در کودکان، وجود دارد، و تا زمانی که این موضوع اصلاح نشود،



شاهد خطر افزایش مجدد بیماری کرونری قلب خواهیم بود.

### درمان‌های جدید بیماری کرونری قلب

در ده سال گذشته پیشرفت‌های زیادی در درمان بیماری کرونری قلب انجام گرفته است. داروهای جدید، مثل داروهای «حل‌کننده‌ی لخته‌ی خون» برای مصرف بعد از سکته‌ی قلبی، داروهای بهتر برای تسکین درد قلبی، داروهای قوی برای پایین آوردن کلسترول خون، و بسیاری داروهای دیگر در دسترس هستند. همچنین به ارزش برخی داروهای قدیمی‌تر مثل مسدودکننده‌های بتا و آسپیرین پی برده‌ایم. این داروها نه تنها به تسکین علائمی مثل درد کمک می‌کنند، بلکه روند تغییرات روی داده در بیماری را کند و گاهی معکوس می‌کنند.

البته بزرگ‌ترین پیشرفت‌ها در عمل جراحی و آنژیوپلاستی روی داده‌اند. عمل جراحی بای‌پس (پیوند بای‌پس سرخرگ کرونری یا CABG) می‌تواند زندگی فرد مبتلا به درد قلبی را تغییر داده و خطر بروز سکته‌های قلبی را کاهش دهد.

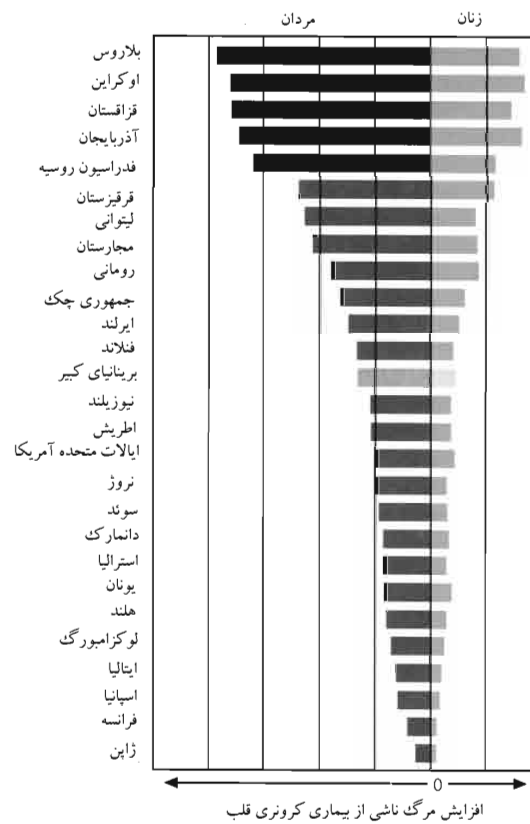
آنژیوپلاستی - روشی که در آن برای گشاد کردن سرخرگ‌های تنگ شده از بالون‌های ظریف استفاده می‌شود - نیز می‌تواند بسیار مؤثر باشد، مخصوصاً حالا که فنرهای سیمی ظریف (استنت) برای باز نگاه داشتن سرخرگ در آن گذاشته می‌شوند.

همه‌ی این‌ها خبرهای خوب برای کسانی است که هم اینک دچار مشکل قلبی هستند، ولی اولویت ما رفع علل شیوع بیماری کرونری قلب و سعی در جلوگیری از ابتلای بسیاری افراد به آن است.

## مقایسه‌ی میزان مرگ‌ومیر CHD

### در کشورهای مختلف

به طور کلی، بیماری کرونری قلب در کشورهای ثروتمندتر بیشتر شایع است تا در کشورهای در حال توسعه. میزان بروز آن مخصوصاً در کشورهای سابق اردوگاه شرق زیادتر است. جدول زیر مقایسه‌ی میزان مرگ‌ومیر در زنان و مردان در برخی کشورها است.



## نکات کلیدی

- ✓ بیماری کرونری قلب یکی از شایع‌ترین علل مرگ‌ومیر زنان و مردان در بریتانیا است.
- ✓ در قرن بیستم همه‌گیری بیماری کرونری قلب وجود داشت، که حالا در بریتانیا رو به کاهش دارد ولی در کشورهای اروپای شرقی رو به افزایش است.
- ✓ درمان‌های جدید، از جمله عمل جراحی بای‌پس، به بسیاری از بیماران کمک می‌کنند، ولی پیشگیری بهترین درمان آن است.

## چه پیش آمده است؟

### قلب چگونه کار می‌کند؟

قلب تلمبه‌ای ماهیچه‌ای در درون قفسه‌ی سینه است که دائماً در حال کار است و در تمام شب و روز، از هنگام تولد تا دم‌مرگ، خون را به تمام بدن تلمبه می‌کند. روزی ۱۰۰'۰۰۰ بار منقبض و منبسط می‌شود، و خودش هم به تأمین خون کافی از طریق سرخرگ‌های کرونری نیاز دارد.

کار اصلی قلب تلمبه کردن خون روشن غنی از اکسیژن و مواد مغذی به تمام بدن از طریق سرخرگ‌های بزرگ است. وقتی ماهیچه‌ها و بافت‌های دیگر اکسیژن آن را بگیرند، سیاهرگ‌ها خون تیره‌ی بدون اکسیژن را به قلب بازمی‌گردانند.

قلب دو طرف دارد، که هر کدام به صورت تلمبه‌ای جداگانه عمل می‌کنند. دو نیمه‌ی قلب هر کدام به دو حفره تقسیم می‌شوند و در مجموع، قلب چهار حفره دارد. حفره‌های بالایی، یا دهلیزها، به عنوان مخزن‌های جمع‌آوری خون عمل می‌کنند، و حفره‌های پایینی، یا بطن‌ها، برای تلمبه کردن خون به تمام بدن منقبض می‌شوند. طرف راست قلب خون سیاهرگ‌هایی را دریافت می‌کند که از تمام بدن می‌آیند و آن را به شش‌ها