النساء و المرض القلبي الوعائي

Women and Cardiovascular Disease

الطبعة الأولى 2019

حقوق النشر والطبع والتوزيع محفوظة

© المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية- **ACMLS**

ISBN: 978-9921-700-36-7 :ردمك

www.acmls.org

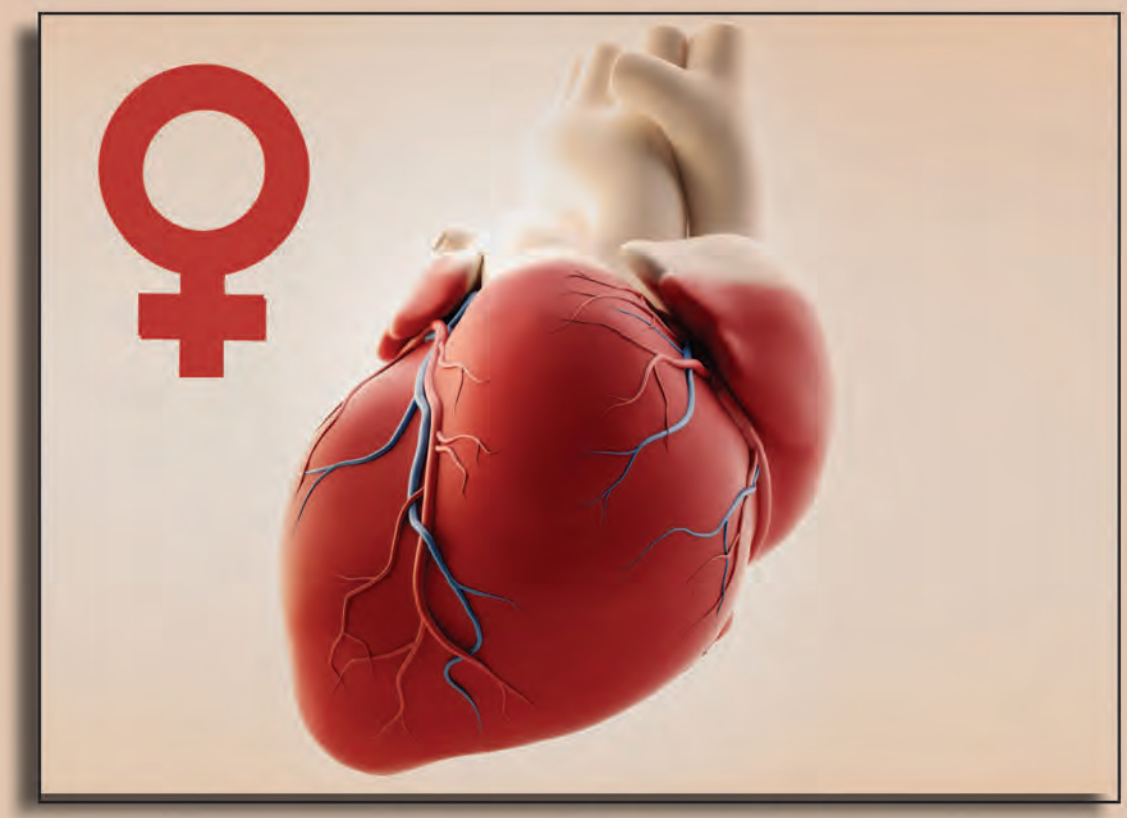
ص. ب. 5225 الصفاة - رمز بريدي 13053 - دولة الكويت

تليفون : 965-25338610/1/2 + فاكس :965-25338618/9 +

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية (أكملز)

النساء والمرض القلبي الوعائي

معالجة الفوارق في تقديم الرعاية



تأليف: كيفين كامبل

ترجمة: د. عهد عمر عرفه

مراجعة وتحرير

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

2019 م

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية (أكملز)
دولة الكويت

النساء والمرض القلبي الوعائي

معالجة الفوارق في تقديم الرعاية

تأليف

كيفين كامبل

ترجمة

د. عهد عمر عرفه

مراجعة وتحرير

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

سلسلة المناهج الطبية العربية

الطبعة العربية الأولى 2019م

ردمك: 978-9921-700-36-7

حقوق النشر و التوزيع محفوظة

للمركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

(هذا الكتاب المترجم يعبر عن وجهة نظر المؤلف ودار النشر الأجنبي ولا يتحمل المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية أية مسؤولية أو تبعات عن مضمون الكتاب)

ص.ب 5225 الصفاة ـ رمز بريدي 13053 ـ دولة الكويت

هاتف : 25338610/1/2 (965)+ فاكس : 25338618/9 (965)+

البريد الإلكتروني: acmls@acmls.org

بسم الله الرحمن الرحيم

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية (أكملز)

منظمة عربية تتبع مجلس وزراء الصحة العرب، ومقرها الدائم دولة الكويت وتهدف إلى:

- توفير الوسائل العلمية والعملية لتعليم الطب في الوطن العربي.
- تبادل الثقافة والمعلومات في الحضارة العربية وغيرها من الحضارات في المجالات الصحية والطبية.
- دعم وتشجيع حركة التأليف والترجمة باللغة العربية في مجالات العلوم الصحية.
- إصدار الدوريات والمطبوعات والأدوات الأساسية لبنية المعلومات الطبية العربية في الوطن العربي.
- تجميع الإنتاج الفكري الطبي العربي وحصره وتنظيمه وإنشاء قاعدة معلومات متطورة لهذا الإنتاج.
- ترجمة البحوث الطبية إلى اللغة العربية.
- إعداد المناهج الطبية باللغة العربية للاستفادة منها في كليات ومعاهد العلوم الطبية والصحية.

ويتكون المركز من مجلس أمناء حيث تشرف عليه أمانة عامة، وقطاعات إدارية وفنية تقوم بشؤون الترجمة والتأليف والنشر والمعلومات، كما يقوم المركز بوضع الخطط المتكاملة والمرنة للتأليف والترجمة في المجالات الطبية شاملة المصطلحات والمطبوعات الأساسية والقواميس، والموسوعات والأدلة والمسوحات الضرورية لبنية المعلومات الطبية العربية، فضلاً عن إعداد المناهج الطبية وتقديم خدمات المعلومات الأساسية للإنتاج الفكري الطبي العربي.

المحتويات

المقدمة	:	ج
التمهيد	:	هـ
المؤلف	:	ز
المترجم	:	ط
إهداء المؤلف	:	ك
لمحة عن المؤلف	:	م
مقدمة الكتاب	:	1
الفصل الأول	: تقديرات وبائية عن المرض القلبي الوعائي	7
الفصل الثاني	: الاختلافات بين الجنسين في المظاهر والأعراض المرضية	15
الفصل الثالث	: الاختلافات بين الجنسين في اختبارات الفحص والتقييم	21
الفصل الرابع	: الاختلافات بين الجنسين في علاج مرض الشريان التاجي	27
الفصل الخامس	: استقصاء الأسباب الجذرية للمرض	35
الفصل السادس	: سد الفجوة: استراتيجيات لإحداث التغيير في الرعاية	41
الفصل السابع	: دور طب التوليد والأمراض النسائية في تحسين الصحة القلبية الوعائية لدى النساء	51
الفصل الثامن	: أخذ زمام المبادرة: مكافحة السِمنة بواسطة التمارين الرياضية	57
الفصل التاسع	: أخذ زمام المبادرة: مكافحة السِمنة بواسطة تعديل النظام الغذائي والسيطرة على الضغط النفسي	65
الفصل العاشر	: اعتبارات خاصة: النساء والموت القلبي الفجائي	77
الفصل الحادي عشر	: النساء وفشل القلب الاحتقاني	83
الفصل الثاني عشر	: تمكين النساء للسيطرة على المرض القلبي الوعائي	93
الفصل الثالث عشر	: النساء والرجفان الأذيني	99
المراجع	:	105

ACMLS

المقدمة

القلب هو الجزء الرّئيسي لجهاز دوران الدم في جسم الإنسان، وهو عبارة عن مضخّة تضخ الدّم إلى أجزاء الجسم المختلفة. يوجد القلب في القفص الصّدري بين الرّئتين، ويكون مائلاً قليلاً نحو اليسار، ويستقرّ فوق الحجاب الحاجز الذي يفصل الصّدر عن التجويف البطنيّ. والقلب هو أحد الأعضاء المهمة والعجيبة في جسم الإنسان، فهو المحرّك الأساسي للجسم، إذ أنّه المسؤول عن ضخ الدّم المحمّل بالأكسجين والعناصر الغذائية والهرمونات وغيرها ممّا تحتاجه جميع خلايا الجسم إلى جميع أنحائه عبر شبكةٍ من الأوعية الدموية يبلغ طولها حوالي مئة ألف كيلو متر. يضخ القلب الدم عن طريق النبض الذي يقارب مئة ألف نبضةٍ في اليوم الواحد أي ما يعادل أربعين مليون نبضة خلال السنة الواحدة، لذا تعتبر أمراض القلب من أخطر الأمراض على حياة وصحة الإنسان، لأن مرض القلب يعني تأذي كل أعضاء الجسم.

إن أي جزء في القلب سواءً كانت الشرايين التاجية، أم الصمامات، أم العضلة نفسها معرض للإصابة بالمرض، لذلك توجد أمراض لا حصر لها قد تصيب القلب، إلا أن بعضها يكتسب أهمية بسبب كثرة الحالات أو عدد الوفيات التي تسببها، أما أبرز هذه الأمراض فهو المرض القلبي الوعائي. ويطلق تعبير الأمراض القلبية الوعائية على مجموعة الاضطرابات التي تصيب القلب والأوعية الدموية، وتعد النوبات القلبية والسكتات الدماغية عادة أحداثاً وخيمة، وهي تنجم أساساً عن انسداد يحول دون تدفق الدم وبلوغه القلب وبالتالي الدماغ، وقد أشارت بعض الأبحاث التي تم إجراؤها حول الفرق بين الجنسين في هذا الصدد إلى أن النساء اللاتي يعانين أحد أمراض القلب والأوعية الدموية يعانين عادةً الأنواع التي تؤثر على الأوعية الدموية بصفة خاصة، في حين أن الرجال يعانون عادةً الأنواع التي تؤثر على عضلة القلب في حد ذاتها.

بحسب الدراسات والأبحاث الطبية الحديثة، فإن النساء معرضات بشكل أكبر من الرجال للإصابة بأمراض القلب، تماماً مثلما هم معرضون للإصابة أكثر بالسمنة وداء السكري والفشل الكلوي والسكتة الدماغية والاكتئاب. وعلى الأغلب فالنساء لا يتعافين بنفس مستوى تعافي الرجال إثر الأزمات القلبية، ويرجع ذلك إلى بطء تلقيهن العلاج، كما أن النساء

اللاتي يتعرضن للأزمات القلبية لا يتابعن برامج إعادة التأهيل القلبية مثل الرجال. ومازال العديد من النساء مقصرات في حماية أنفسهن من عوامل الخطورة، حيث إن النظام الغذائي والرياضة وحدهما يمكن أن يكونا بفاعلية أدوية المعالجة القلبية في خفض احتمال الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

نأمل أن يتلقى القارئ المعلومات الطبية المذكورة في هذا الكتاب بصورة مبسطة، وأن يكون سبباً في إحداث تطوير في الرعاية القلبية المقدمة إلى الأفراد والنساء بصفة خاصة.

والله ولي التوفيق،،،

الدكتور/ عبد الرحمن عبد الله العوضي

الأمين العام

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

التمهيد

تعد النساء أكثر عرضة من الرجال للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية وتصلب الشرايين، حيث يؤثر الضغط النفسي والإجهاد البدني على قلوب النساء بصورة كبرى، فعلى مدى حياة المرأة تتغير احتياجاتها وحياتها لأسباب عديدة، فهي تواجه مراحل مختلفة، مثل الحيض، والحمل، والولادة، ثم انقطاع الطمث وبلوغ سن اليأس. إن الأزمة القلبية هي حدث يهدد الحياة لأنها تسبب انقطاعاً في تدفق الدم إلى القلب، وعادة ما تكون النساء أقل فرصة للنجاة من الأزمات القلبية مقارنةً بالرجال، حيث إن تكوين المرأة يخلق عوامل خطورة فريدة من نوعها للنوبة القلبية، وتكون النساء أكثر عرضة للنوبة القلبية الصامتة.

إن تشخيص المرض القلبي الوعائي هو تحدٍ كبير، حيث إن الاختلافات في الجنس ومظاهر المرض والاختلافات البيولوجية في مدى تطوره تجعل تقييم الخطر أمراً معقداً، وغالباً ما يشخص المرض لدى النساء بشكل خاطئ، نتيجة خلط الأعراض بالتغييرات الهرمونية التي تتعرض لها المرأة على مدار حياتها ، لذا تكون المرأة أكثر عرضة للموت عند أول إصابة قلبية. ولقد قطع الطب أشواطاً واسعة في تشخيص وعلاج تلك الأمراض، وسعى الأطباء والباحثون للوصول إلى أساليب الوقاية منها، ومع ذلك فإن مقدمي الرعاية الصحية لا يبذلون الجهد الكافي للحد من المرض وعوامل الخطر المؤدية إلى تقدمه.

يقدم هذا الكتاب من خلال فصوله الثلاثة عشر عرضاً شاملاً عن المرض القلبي الوعائي لدى النساء، فيناقش الفصل الأول تقديرات وبائية عن المرض القلبي الوعائي، وتوضح الفصول من الثاني حتى الرابع الاختلافات بين الجنسين من حيث التظاهرات والأعراض المرضية، والاختبارات التشخيصية، والتقييم، وعلاج مرض الشريان التاجي. أما الفصل الخامس فيعرض استقصاء الأسباب الجذرية للمرض، ويشرح الفصل السادس طرق سد الفجوة والاستراتيجيات الممكنة لإحداث التغيير في الرعاية المقدمة، ويأتي الفصل السابع ليوضح دور أطباء التوليد والأمراض النسائية في تحسين الصحة القلبية الوعائية لدى النساء. ويشرح فصلا الكتاب الثامن والتاسع كيفية السيطرة على المرض القلبي الوعائي عن طريق مكافحة السمنة بواسطة التمارين الرياضية وتعديل النظام الغذائي، ويقدم الفصل

العاشر والحادي عشر عرضاً موجزاً للموت القلبي الفجائي وفشل القلب الاحتقاني عند النساء، كما يتحدث الفصل الثاني عشر عن تمكين النساء من السيطرة على الصحة القلبية الوعائية، ويُختتم الكتاب بفصله الثالث عشر، بالحديث عن النساء والرجفان الأذيني.

نأمل أن يكون هذا الكتاب قد استوفى بالشرح كل ما تطرق إليه من معلومات حول أمراض القلب، وأن يستفيد منه طلبة الطب، ومرضى القلب، وعامة القرّاء، وأن يكون لبنة تضم إلى صرح التعليم الطبي.

والله ولي التوفيق،،،

الأستاذ الدكتور/ مرزوق يوسف الغنيم

الأمين العام المساعد

المركز العربي لتأليف وترجمة العلوم الصحية

المؤلف

- **د. كيفين كامبل**

ـ حاصل على درجة البكالوريوس في الكيمياء الحيوية ـ جامعة كالورينا الشمالية بالولايات المتحدة الأمريكية.

ـ حاصل على درجة الدكتوراه في الطب ـ جامعة ويك فوريست.

ـ حاصل على الزمالة في أمراض القلب والفيزولوجيا الكهربية للقلب ـ جامعة ديوك.

ـ زميل الكلية الأمريكية لأمراض القلب.

ـ أستاذ مساعد بكلية الطب البشري ـ قسم طب القلب والأوعية الدموية ـ جامعة كارولينا الشمالية ـ تشابل هيل.

ـ خبير معترف به دولياً في الوقاية من الموت القلبي الفجائي عند النساء.

ACMLS

المترجم

- **د. عهد عمر عرفه**

ـ سوري الجنسية ـ مواليد عام 1963م.

ـ حاصل على درجة البكالوريوس في الطب البشري ـ أكاديمية الطب ـ بلغاريا ـ عام 1988م.

ـ عمل كاختصاصي الأمراض الباطنية ـ مجمع ابن النفيس الطبي ـ دمشق حتى عام 1992م.

ـ عمل كطبيب بقسم الأمراض القلبية والعناية القلبية المركزة ـ مستشفى دمشق الوطني حتى عام 1994م.

ـ عمل كطبيب بقسم الرعاية الصحية الأولية ـ وزارة الصحة ـ دولة الكويت ـ في الفترة ما بين (1994م - 2002م).

ـ يعمل حالياً طبيب بإدارة الشؤون الصحية للشرطة ـ وزارة الصحة ـ دولة الكويت.

ACMLS

إهداء المؤلف

أهدي هذا الكتاب إلى النساء اللاتي في حياتي ـ زوجتي وابنتي ـ اللتان يلهماني بشكل يومي، واللتان تحملتا أياماً لا حصر لها استغرقتها في كتابة وتنقيح هذه المخطوطات، وقدمتا لي الدعم والمساندة طوال رحلتي حتى النهاية. ويحدوني الأمل أن يساهم هذا الكتاب في تثقيف الآخرين وإشراكهم لتحسين العناية بأمراض القلب والأوعية الدموية لدى النساء في جميع أنحاء العالم.

لقد قامت ابنتي (بيك) بتصميم وإبداع الغلاف الفني لهذا الكتاب، وباعتبارها واحدة من ملايين البشر في العالم المصابين بالنوع الأول من داء السكري المعتمد على الأنسولين، فهي تكافح مرضاً مزمناً بشكل يومي وتتعامل مع جميع التحديات التي جلبها هذا المرض بنضج يفوق عمرها وبهدوء وسكينة. وهذا الكتاب هو هديتي لـ (بيك)، وعندما لا أكون موجوداً للدفاع عنها آمل أن يكون هناك مهنيون محترفون في الرعاية الصحية مسلحون بجميع المعلومات التي يحتاجونها لتقديم المعالجة السليمة ويقوا من حدوث الوفيات غير الضرورية الناجمة عن الأمراض القلبية الوعائية عند النساء. وعلاوة على ذلك، آمل أن يعمل هذا الكتاب على إشراك وتحفيز النساء الأخريات للاهتمام بالصحة القلبية.