

فشل القلب

نبذة مختصرة:

- فشل القلب لا يعني أنه سيتوقف في أي لحظة بل إن القلب لا يعمل كما ينبغي.
- يحدث بسبب قصور القلب عن توفير ضخ كمية الدم المناسبة لحاجة الجسم.
- تعتمد الأعراض على النوع، حيث يمكن أن تتطور بسرعة أو تدريجياً على مدى أسابيع أو أشهر.
- يهدف العلاج إلى السيطرة على الأعراض، وإبطاء تطور الحالة وتحسين نوعية الحياة.
- السيطرة على بعض عوامل الخطورة واتباع نمط حياة صحي من أهم سبل الوقاية.

مقدمة:

هو حالة مزمنة يحدث عندما لا تقوم عضلة القلب بضخ كمية كافية من الدم من خلال تلبية احتياجات الجسم من الدم، كما أن عدم التحكم بالأمراض التي يعاني منها القلب (مثل: ارتفاع ضغط الدم وغيره) تضعفه، وفشل القلب لا يعني توقف القلب عن العمل؛ بل هو يحتاج فقط إلى بعض الدعم لمساعدته على العمل بشكل أفضل، ويمكن أن يحدث في أي عمر، ولكن الأكثر شيوعاً عند كبار السن.

مسميات أخرى :

قصور القلب – فشل القلب الاحتقاني.

أنواع فشل القلب:

- فشل القلب الأيسر (الجهة اليسرى من القلب): يسبب عودة السوائل للرئتين، مما يؤدي إلى ضيق في التنفس.

- فشل القلب الأيمن (الجهة اليمنى من القلب): يسبب احتقان السوائل في البطن والساقين والقدمين، مما يؤدي إلى تورم الأقدام.
- فشل القلب الانقباضي : قصور وظيفة الانقباض في عضلة القلب.
- فشل القلب الانبساطي: قصور وظيفة الانبساط في عضلة القلب.

السبب:

يحدث غالباً عندما تكون عضلة القلب أقل قدرة على الانقباض بسبب جلطة سابقة سببت تلفاً في جزء من العضلة، أدى إلى الحد من قدرتها على الامتلاء بالدم، بالتالي لا يمكنها مواكبة متطلبات الجسم من ضخ الدم إليه، ويمكن أن يشمل فشل القلب الجانب الأيسر (البطين الأيسر) أو الجانب الأيمن (البطين الأيمن) أو كلا الجانبين.

عوامل الخطورة:

- التقدم في العمر.
- الإصابة بالأمراض المزمنة (مثل: ارتفاع ضغط الدم، مرض الشريان التاجي وغيرهما).
- وجود مشاكل في صمامات القلب
- عدم انتظام ضربات القلب .
- عيوب خلقية في القلب.
- نوبة قلبية.
- مرض رئوي شديد.
- انقطاع النفس أثناء النوم.
- بعض الفيروسات.
- السمّة.
- الخمر (الكحول).
- التدخين .

الأعراض :

تعتمد على نوع فشل القلب، كما يمكن أن تتطور بسرعة وتسمى (قصور القلب الحاد)، أو تدريجيًا على مدى أسابيع أو أشهر وتسمى (قصور القلب المزمن)، حيث تشمل:

- ضيق في التنفس.
 - التعب والإرهاق.
 - ألم في الصدر.
 - نقص الشهية والغثيان.
 - تورم في الساقين والقدمين.
 - زيادة الوزن نتيجة احتباس السوائل.
 - عدم انتظام نبضات القلب.
 - عدم القدرة على ممارسة النشاط البدني.
 - السعال المستمر أو الصغير وخاصةً أثناء الليل.
 - زيادة الحاجة إلى التبول ليلاً.
- على الرغم من أن هذه العلامات قد تكون نتيجة لفشل القلب، لكن قد تتشارك بعض الأمراض في هذه العلامات بما في ذلك أمراض الرئة.

متى تجب رؤية الطبيب:

عند مواجهة الأعراض والعلامات السابقة.

المضاعفات:

- تدهور وظائف القلب (إذا ترك دون علاج).
- الفشل الكلوي .
- تلف الكبد .
- مشاكل في صمام القلب .
- عدم انتظام ضربات القلب.

التشخيص:

- الفحص السريري.
- التاريخ الطبي.
- التحاليل المخبرية.
- إجراءات أخرى مثل: تخطيط القلب وتصوير القلب بالأشعة الصوتية، وتصوير الصدر بالأشعة السينية، وجهاز هولتر لمراقبة كهرباء القلب (جهاز محمول).

العلاج:

- لا يمكن للأدوية غالباً علاج فشل القلب، ولكن يمكنها السيطرة على الأعراض لأطول فترة ممكنة وإبطاء تطور الحالة وتحسين نوعية الحياة، وعادة ما تكون مدى الحياة، حيث تشمل:
- تغيير نمط الحياة.
- الأدوية: والتي تشمل أدوية تحسن وظيفة القلب (حاصرات بيتا)، موسعات معينة للأوعية الدموية، مدرات البول، مثبطات الألدوستيرون، مضادات التخثر.
- أجهزة تزرع في الصدر مثل: أجهزة تنظيم ضربات القلب (مزيل الرجفان القلبي) عند الحاجة.
- العملية الجراحية إذا استدعت حالة المريض.
- زراعة القلب بشروط معينة.
- قد يكون العلاج ممكناً عندما يكون لقصور القلب سبب قابل للعلاج (مثل: مشكلة في صمامات القلب) فإن استبدالها أو إصلاحها قد يعالج الحالة.

الوقاية:

يمكن منع المرض من خلال السيطرة على بعض عوامل الخطورة،
واتباع نمط حياة صحي، والذي يشمل على:

- اتباع نمط غذائي صحي .
- ممارسة النشاط البدني بانتظام.
- المحافظة على وزن صحي.
- السيطرة على الأمراض المزمنة.
- الامتناع عن التدخين.

إرشادات للمصابين بفشل القلب:

- التأكد من حمل البطاقة الطبية في حالات الطوارئ.
- الحرص على أخذ اللقاحات اللازمة (مثل: الأنفلونزا الموسمية والمكورات الرئوية).
- المحافظة على وزن صحي؛ لتقليل العبء على القلب .
- الالتزام بكمية السوائل حسب توصيات الطبيب.
- تجنب التوقف عن تناول الأدوية أو تغيير الكمية دون الرجوع إلى الطبيب.
- معرفة أسماء الأدوية وكيفية تناولها (الجرعات، عدد المرات، تعليمات خاصة).
- ممارسة النشاط البدني حسب توجيهات الطبيب.
- المحافظة على زيارات المتابعة مع الطبيب.
- التقليل من الملح في النظام الغذائي.
- الحرص على أخذ الوزن كل صباح، ومناقشة الوزن المثالي مع الطبيب.
- التأكد من الحصول على قسط كاف من النوم.
- الحرص على أخذ المشورة الطبية قبل السفر.
- الإقلاع عن التدخين.

الأسئلة الشائعة:

هل ينصح المصابون بالتقليل أو الابتعاد عن الكافيين؟
يسمح بتناول الكافيين (مثل: القهوة والشاي) إذا كان أقل من ٣٠٠ ملجم.

هل يمارس المصاب النشاط البدني بدون تعليمات؟ وما هي التعليمات؟

يعتمد على نوع فشل القلب، لذلك يجب أن يناقش المريض نوعية النشاط البدني المسموح له.

هل ضعف القلب يعني فشله؟
ليس إلزاماً، قد يكون القلب ناجحاً بوظيفته ولكن لديه ضعف.
المفاهيم الخاطئة:

يجب على المصاب التقليل من ممارسة العلاقة الجنسية.
الحقيقة: لا يشترط ذلك.

يجب على المصاب تجنب ممارسة أي نشاط بدني.
الحقيقة: هو شرط من علاج أمراض القلب، لكن النوعية والدرجة تحدد من قبل الطبيب.

الإدارة العامة للتثقيف الاكلينيكي

لمزيد من الاستفسارات يرجى التواصل معنا عبر [البريد الإلكتروني](#)