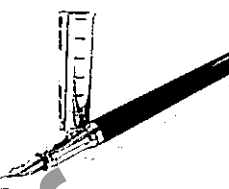


www.ketab.ir



مقدمه

در ۵۰ سال گذشته شاهد نوآوری‌های شگفت‌انگیزی در عالم پزشکی بوده‌ایم و در این میان پیشرفت‌های رخ داده در رشته قلب و عروق به صورت باروری روند تشخیص و درمان بیماری‌ها را متحول کرده است. شیوع بالای بیماری‌های قلبی و اهمیت آنها در سلامت و حیات انسانها موجب شده تا این رشته به صورت ویژه مورد توجه محققین و پزشکان قرار گیرد.

ضربان‌سازهای قلبی، پمپ‌های قلب و ریه، انواع جراحی‌های پیچیده قلبی، پیوند قلب، ابزارهای پیشرفته شناسایی و درمان آریتمی‌ها، داروهای جدید کاهنده فشارخون و چربی و مراقبت ویژه از بیماران در بخش CCU همگی در نیم قرن اخیر در عرصه پزشکی مورد استفاده قرار گرفته‌اند و این روند پیشرفت همچنان ادامه دارد و ما هرروزه با فناوری‌های جدید و خیره‌کننده روبرو هستیم. تعویض دریچه آئورت و ترمیم دریچه میترال بدون جراحی باز و ابداع استنت‌های دارویی و سپس استنت‌های قابل جذب از این دسته‌اند.

به همین ترتیب، اطلاعات افراد جامعه در مورد سلامت و بیماری در حال افزایش است و همه مایلند راههای پیشگیری از بیماری‌ها را بشناسند و در صورت بیمار شدن با استفاده از اطلاعات و ابزار روزآمد، مورد تشخیص و درمان قرار گیرند.

هدف از مجموعه حاضر، ارائه پاسخ‌هایی مطمئن و بر پایه شواهد علمی برای پرسش‌های رایج در حیطه قلب و عروق است. نویسندگان به این نکته توجه داشته‌اند که بیماران امروز نه تنها انتظار دارند پزشکشان ماهر و مطلع باشد بلکه خود را نیز موظف می‌دانند که در مورد بیماری اطلاعات جامعی کسب نمایند. همچنین تلاش شده است تا سوالات و جواب‌ها به گونه‌ای انتخاب شود تا خواننده درک درستی از بیماری‌های قلبی و نحوه درمان آنها به دست آورد. امیدواریم که این درک درست، به زندگی به شیوه سالم و کاهش ابتلا به بیماری‌ها در جامعه بینجامد و به بیماران این آگاهی را دهد که درمان آنها بر اساس کدام متعلق و بر پایه چه دانشی صورت می‌گیرد.



آریتمی ها ۶۰

اختلالات دریچه‌ای ۶۷

نارسایی قلب ۷۱

اندوکاردیت ۷۶

تشخیص مشکلات قلبی

اندازه‌گیری فشارخون ۸۰

ابزارهایی برای ارزیابی وضعیت قلب ۲

آنژیوگرام کرونری ۸۷

آزمایش‌های خونی ۹۰

درمان بیماری قلبی

درمان اختلالات حاد ۹۴

درمان بیماری عروق کرونر ۹۷

داروهای کاهنده کلسترول ۱۰۲

درمان پرفشاری خون ۱۰۵

درمان آنژین ۱۰۸

آشنایی با قلب

گردش خون ۱۰

حفره‌ها و دریچه‌ها ۱۲

ضربان قلب، نبض و فشارخون ۱۸

عضلات قلب ۲۷

تغییر شکل قلب - در رحم و زمان

تولد ۲۹

عوامل خطر ساز

سن، جنس و خانواده ۳۴

تغییرات فشارخون ۳۶

کلسترول ۳۸

خطرات ناشی از شیوه زندگی ۴۰

چاقی و دیابت ۵۰

مشکلات قلبی

بیماری عروق کرونر ۵۴

برخورد با استرس ۱۵۸

مقابله با افسردگی ۱۶۰

گروه‌های خاص

مشکلات قلبی در سنین بالا ۱۶۴

مشکلات قلبی در کودکان ۱۶۶

مشکلات قلبی در زنان ۱۶۹

مشکلات قلبی در افراد دیابتی ۱۷۱

مشکلات قلبی و چاقی ۱۷۳

افق پیش رو

نمود بیماری‌های قلبی ۱۷۶

عوارض ۱۷۸

درمان‌های آینده ۱۸۱

درمان آریتمی‌ها ۱۱۰

درمان نارسایی قلب ۱۱۵

درمان بیماری‌های دریچه‌ای ۱۱۸

زندگی با بیماری عروق کرونر

بازتوانی پس از حمله قلبی ۱۲۴

شیوه زندگی سالم قلبی ۱۳۳

وزن سالم برای هر فرد ۱۳۴

رژیم غذایی سالم ۱۴۰

رژیم غذایی کاهش وزن ۱۴۷

رژیم غذایی کاهنده کلسترول ۱۴۸

رژیم کم‌نمک ۱۵۰

ترک سیگار ۱۵۱

ورزش ۱۵۳

مقاربت جنسی و روابط عاطفی ۱۵۷



آشنایی با قلب

قلب ما عضوی فوق العاده قابل اطمینان

و کارآمد است که در طول زندگی ۷۵

ساله یک فرد، ۲۰۰۰ میلیون بار خون را

به سراسر بدن پمپ می کند. گاهی ما

این عضو را دست کم می گیریم و خیال

می کنیم قلب ما بدون ارتباط با آنچه

انجام می دهیم به کار خود ادامه می دهد.

آشنایی با ساختار و عملکرد قلب کمک

می کند که دریابیم مراقبت از قلب یکی

از ارکان اصلی سلامتی است.



گردش خون

Q قلب دقیقاً کجاست؟

حتماً می‌دانید قلب کجاست، چون بعضی وقت‌ها می‌توانید ضربان قلب‌تان را احساس کنید. قلب درون قفسه سینه واقع است، البته نه کاملاً در وسط آن، بلکه کمی متمایل به چپ پشت دنده‌های سوم تا هفتم.

Q قلب چه عمل‌کردی را به عهده دارد؟

قلب در هر دقیقه حجم زیادی از خون را - که تقریباً معادل لیتر است - به سراسر بدن پمپ می‌کند. درواقع، قلب متشکل از ۲ پمپ است که با هم کار می‌کنند. تقریباً ۷۰ بار در هر دقیقه، بخش چپ قلب خون را از طریق شریان‌ها پمپ می‌کند، به طوری که تک‌تک سلول‌های بدن آنچه را که برای زنده ماندن و رشد نیاز دارند (اکسیژن، گلوکز، هورمون‌ها و مواد معدنی، ویتامین‌ها و سایر مواد مغذی) از این طریق دریافت کرده و پسماندهای زائد (مخصوصاً دی‌اکسید کربن) را از خود دور کند.

بخش راست قلب نیز، همزمان خون را به ریه‌ها پمپ می‌کند. در آنجا دی‌اکسید کربن خون برداشت و با عمل تنفس از بدن خارج می‌شود، و در عوض اکسیژن جذب خون می‌شود.

Q آیا تمامی گردش خون یک مدار بسته است؟

هم بلی و هم خیر. بخش‌های راست و چپ قلب، خون را در مدار جدا اما متصل به هم پمپ می‌کنند. مدار اصلی که دارای بیشترین حجم خون در گردش است و خون را به تمام بدن پمپ می‌کند، «گردش خون سیستمیک» خوانده می‌شود. خونی که به ریه‌ها وارد و از آن خارج می‌شود «گردش خون ریوی» نام دارد. این مدار کوچک‌تری است چون ریه‌ها مجاورت قلب واقع شده‌اند. به مجموعه این دو جزء از سیستم گردش خون به علاوه خود قلب، سیستم قلبی عروقی گفته می‌شود.