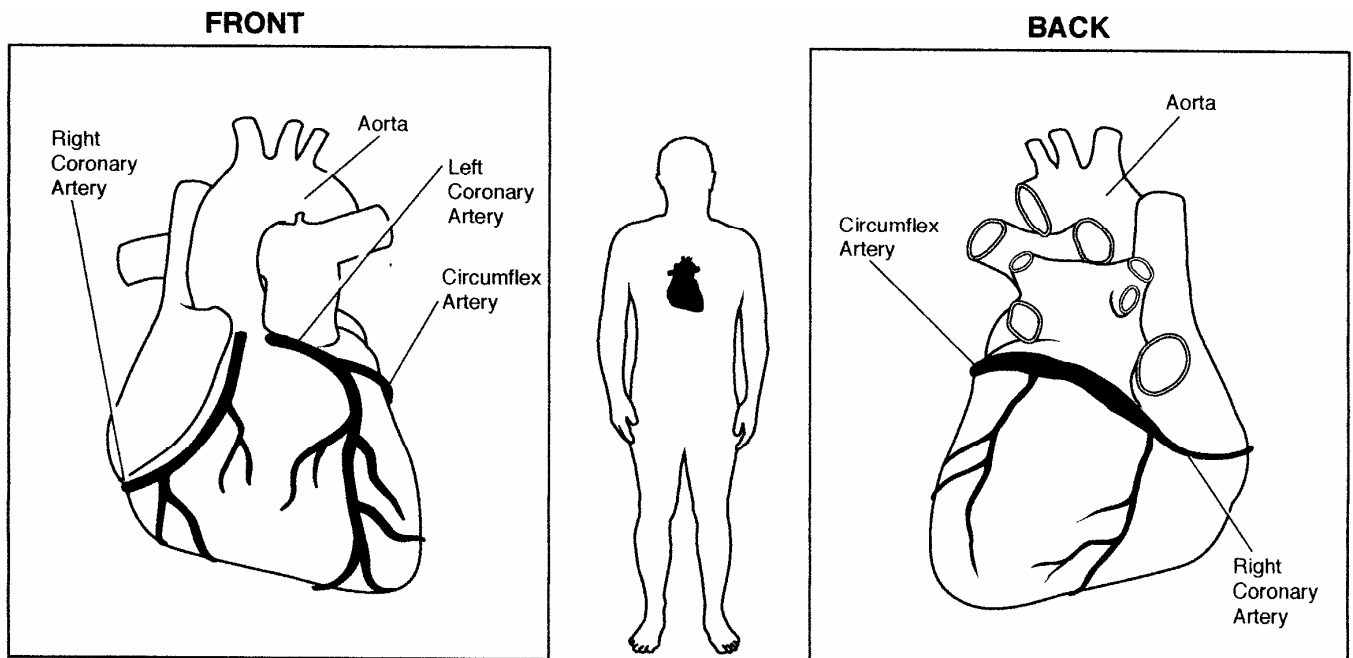


Coronary Artery Disease (CAD)

Coronary artery disease is also called heart disease or atherosclerosis. It is the hardening of the blood vessels by fatty deposits called plaque.

The heart must get oxygen and nutrients to work well. Blood carries the oxygen and nutrients to the heart through the blood vessels called arteries. As the plaque builds up, blood flow to the heart muscle is decreased. When blood flow is decreased, it can cause chest pain, shortness of breath, or a heart attack to occur.



Signs

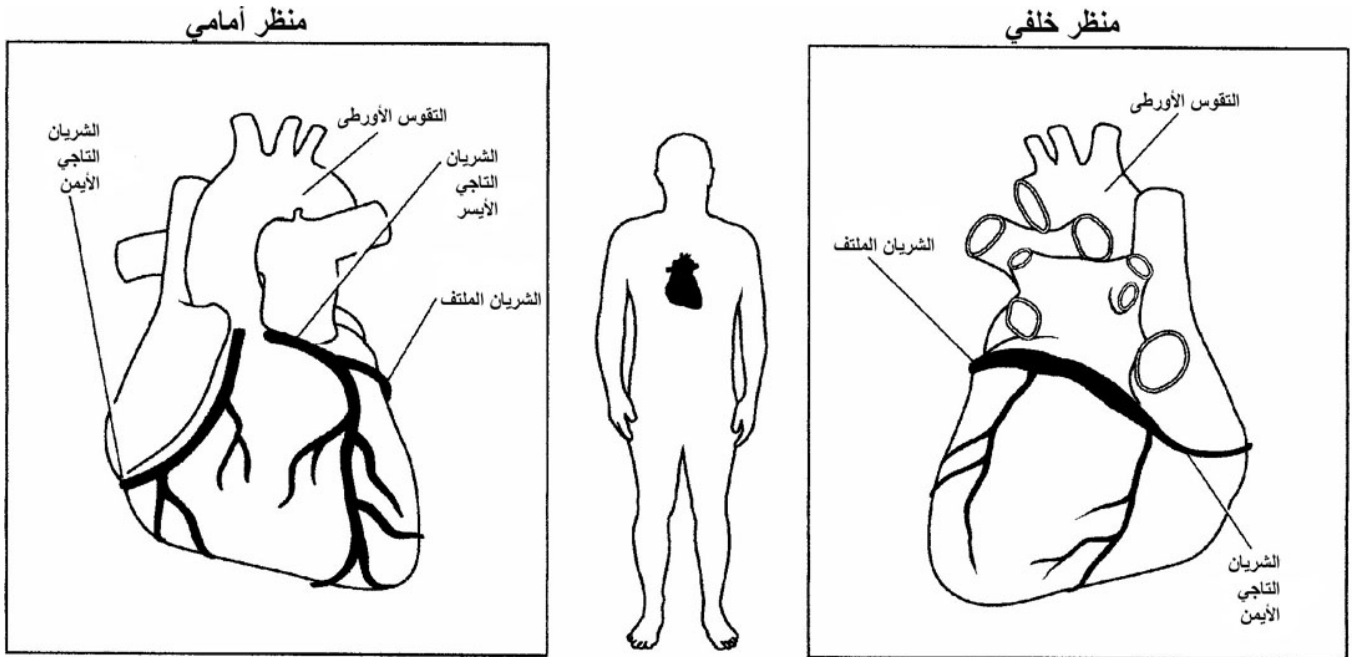
You may not have any signs or you may have:

- Pain or pressure in your chest, arm, jaw, shoulders or neck. It may spread from one place to another.
- Feeling of tightness, heaviness, squeezing or burning

تصلب شرايين القلب (CAD)

يسمى مرض تصلب شرايين القلب بمرض القلب أو تصلب الشرايين. وهو تصلب الأوعية الدموية بفعل الرواسب الدهنية المسماة بـ "البلاك".

يحتاج القلب إلى الأكسجين والعناصر الغذائية لكي يعمل بكفاءة. الدم يحمل الأكسجين والعناصر الغذائية إلى القلب عن طريق الأوعية الدموية المسماة بالشرايين. يمكن أن يتسبب انخفاض تدفق الدم في ألم الصدر وضيق التنفس أو حدوث نوبة قلبية.



الأعراض

- قد لا تظهر عليك أي أعراض أو قد تظهر عليك الأعراض التالية:
- ألم أو ضغط في الصدر أو الذراع أو الفك أو الكتفين أو العنق. قد ينتقل الألم من مكان إلى آخر.
 - الشعور بالضيق أو الثقل أو الضغط أو الحرقان.

- Sweating
- Shortness of breath
- Nausea
- Feeling very tired, dizzy or faint

Risk Factors

You are at higher risk for getting coronary artery disease if you:

- Have a family history of the disease
- Have high cholesterol, diabetes, or high blood pressure
- Smoke or use tobacco
- Are inactive
- Have stress
- Are overweight

Changing even one risk factor can improve your heart health. You can prevent the disease from getting worse and may even help to improve it.

Your Care

The goal is to improve blood flow to your heart muscle and decrease your risk of heart attack. Your care may include:

- Medicines
- Exercise
- A low fat diet
- Treatment or Surgery
- A cardiac rehab program

No matter what type of care is done, it does not “cure” the disease. You need to change your risk factors and follow your care plan.

Talk to your doctor about your care or any questions you may have.

- التعرق
- ضيق التنفس
- الغثيان
- الشعور الشديد بالتعب أو الدوار أو الإغماء

عوامل الخطر

يزداد احتمال إصابتك بمرض تصلب شرايين القلب في الحالات التالية:

- إصابة أحد أفراد أسرتك بهذا المرض
- إذا كنت تعاني من ارتفاع الكوليستيرول أو ارتفاع السكر أو ارتفاع ضغط الدم
- إذا كنت تدخن أو تستخدم التبغ
- عدم بذل النشاط الكافي
- إذا كنت تعاني من الضغوط
- إذا كنت تعاني من زيادة الوزن

قد يحسن تغير عامل واحد فقط من عوامل الخطر صحة قلبك. يمكنك منع المرض من التدهور كما قد يمكنك المساعدة في تحسين حالتك المرضية.

طرق العناية

الهدف هو زيادة تدفق الدم إلى عضلة القلب وتقليل مخاطر التعرض إلى نوبة قلبية. ومن طرق العناية:

- الأدوية
- التمرينات
- اتباع نظام غذائي منخفض الدهون
- العلاج أو الجراحة
- برنامج إعادة تأهيل القلب.

بغض النظر عن نوع الرعاية المقدمة؛ فهو لا "يشفي" المرض. ولكنك تحتاج إلى تغيير عوامل الخطر واتباع خطة الرعاية الخاصة بك.

تحدث إلى الطبيب عن طريقة العناية الخاصة بك أو عن أية أسئلة لديك.