

تصلب الشرايين التاجية (CAD)

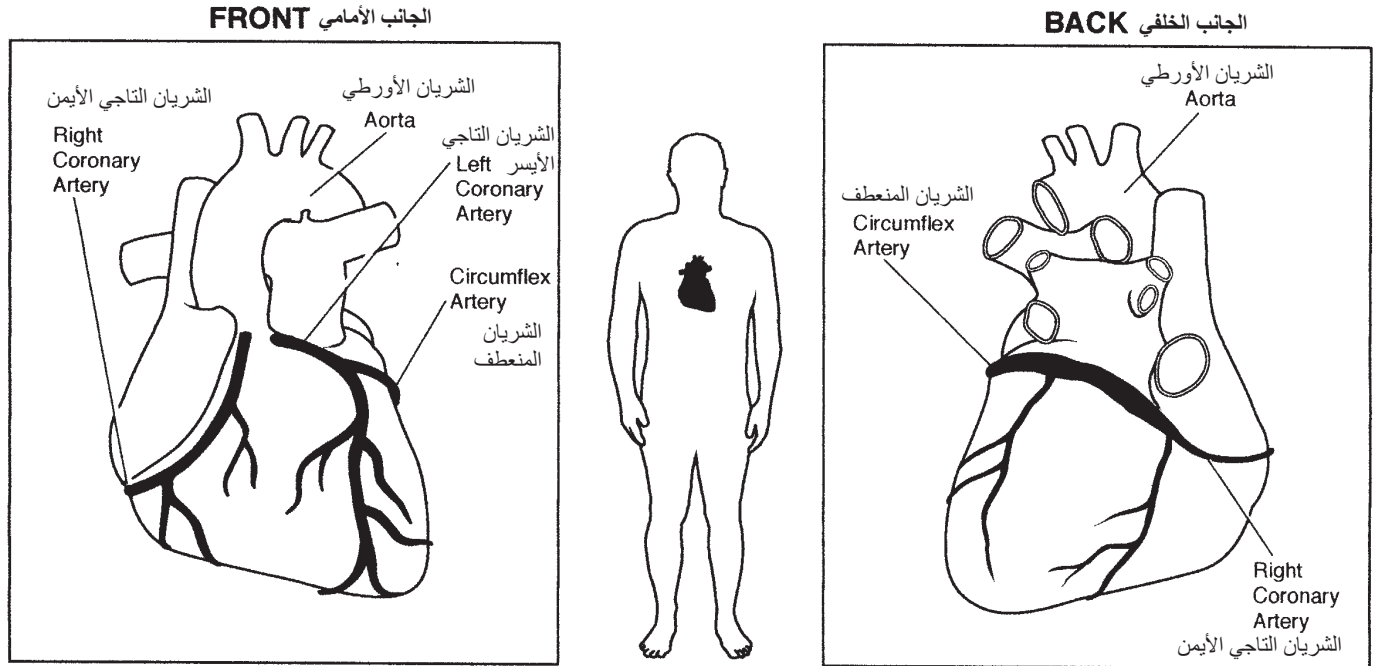
Coronary Artery Disease (CAD)

Coronary artery disease is also called heart disease or atherosclerosis. It is caused by the build up of fatty deposits called plaque in the blood vessels of the heart.

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 in the blood vessels, blood flow to the heart muscle is decreased. When blood flow is decreased, chest pain, shortness of breath, or other signs may occur. If the blood flow is stopped or blocked, it causes a heart attack.

يسمى مرض تصلب الشرايين التاجية بمرض القلب أو التصلب العصيدي. وينشأ هذا المرض بفعل تراكم الرواسب الدهنية المسماة باللويحة في أوعية القلب الدموية.

يحتاج القلب إلى الأكسجين والعناصر الغذائية لكي يعمل بكفاءة. يحمل الدم الأكسجين والعناصر الغذائية إلى القلب عن طريق الأوعية الدموية المسماة بالشرايين. ومع تراكم اللويحات في الأوعية الدموية، ينخفض تدفق الدم إلى عضلة القلب. ويمكن أن يتسبب انخفاض تدفق الدم في ألم الصدر أو ضيق التنفس أو ظهور أي أعراض أخرى. وفي حالة توقف تدفق الدم أو حصره، فإنه يؤدي إلى حدوث نوبة قلبية.



Signs of Coronary Artery Disease

You may not have any signs or you may have:

- Pain or pressure in your chest, arm, jaw, shoulders or neck also called angina. It may spread from one place to another.
- Feeling of tightness, heaviness, squeezing or burning
- Sweating
- Shortness of breath
- Nausea or vomiting
- Abdominal pain
- Feeling very tired, dizzy or faint

Call 911 if you have any of these signs.

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

If your doctor thinks that you have coronary artery disease, you may have tests such as:

- An **electrocardiogram (ECG or EKG)** to check the electrical activity of your heart.

أعراض تصلب الشرايين التاجية

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، وهو ما يُسمى أيضاً بالذبحة الصدرية. قد ينتقل الألم من مكان إلى آخر.
 - الشعور بالضيق أو الثقل أو الضغط أو الحرقان.
 - التعرق
 - ضيق التنفس
 - الغثيان أو القيء
 - ألم البطن
 - الشعور بالإرهاق الشديد أو الدوار أو الإغماء
- اتصل بالرقم **911** إذا كنت تعاني من أي من هذه الأعراض.

عوامل الخطر

يزداد احتمال إصابتك بمرض تصلب الشرايين التاجية في الحالات التالية:

- هناك تاريخ عائلي للإصابة بهذا المرض
 - إذا كنت تعاني من ارتفاع الكوليسترول أو مرض السكر أو ارتفاع ضغط الدم
 - إذا كنت تدخن أو تستخدم التبغ
 - إذا كنت غير نشط
 - إذا كنت تعاني من الضغوط
 - إذا كنت تعاني من زيادة الوزن
- تغيير عامل واحد فقط من عوامل الخطر قد يحسن صحة قلبك. ويمكنك منع تدهور المرض كما قد يمكنك المساعدة في تحسين حالتك المرضية.

رعايتك

إذا كان طبيبك يعتقد أنك تعاني من تصلب الشرايين التاجية، فقد تخضع لفحوصات من قبيل ما يلي:

- **مخطط القلب الكهربائي (ECG أو EKG)** للتحقق من النشاط الكهربائي لقلبك.

- A **cardiac magnetic resonance imaging test (MRI)** to take pictures of how well your heart is working.
- A **stress test** to look for problems with your heart's rate, rhythm or electrical activity. Blood pressure and signs such as shortness of breath or angina are also checked.
- An **echocardiogram** to see the size and shape of your heart and how well it is working.
- A **chest x-ray** to check your heart, blood vessels and lungs.
- **Blood tests** to check levels of fats, cholesterol, sugar and proteins in your blood.

If tests show that you are likely to have CAD, other tests or procedures may be done to treat the disease. The goal is to improve blood flow to your heart muscle and decrease your risk of heart attack. Treatment may include:

- Medicines
- Exercise
- A low fat diet
- Procedures or surgery
- A cardiac rehab program

No matter what type of treatment 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.

- اختبار التصوير بالرنين المغناطيسي للقلب (MRI) لالتقاط صور توضح مدى الجودة التي يعمل بها قلبك.
- اختبار الإجهاد للبحث عن مشكلات في معدل نبض قلبك أو إيقاعه أو نشاطه الكهربائي. كما يجري فحص ضغط الدم وأعراض مثل ضيق التنفس أو الذبحة الصدرية.
- مخطط صدى القلب لمعرفة حجم القلب وشكله ومدى الجودة التي يعمل بها.
- الأشعة السينية على الصدر لفحص القلب والأوعية الدموية والرئتين.
- تحاليل الدم للتحقق من مستويات الدهون والكوليسترول والسكر والبروتينات في الدم.

إذا أظهرت الاختبارات احتمالية أن تكون مصاباً بمرض تصلب الشرايين التاجية، فقد يتم إجراء اختبارات أو إجراءات أخرى لعلاج المرض. الهدف هو تحسين تدفق الدم إلى عضلة القلب وتقليل مخاطر التعرض إلى نوبة قلبية. وقد يشمل العلاج:

- الأدوية
 - التمرينات الرياضية
 - اتباع نظام غذائي منخفض الدهون
 - الإجراءات العلاجية أو الجراحة
 - برنامج إعادة تأهيل القلب
- بغض النظر عن نوع العلاج المقدم؛ 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 أي أسئلة لديك.