

از کجا بدانیم درد قلبی داریم؟

کسی که در قفسه سینه احساس درد دارد از کجا بداند درد قلبی است یا مشکلات جزئی دیگر مثل درد معده و ... چون در بسیاری از موارد درد های قفسه سینه فقط شامل دردهای قلبی نیست، و ممکن است دردهای خفیف و بی خطر باشند. در این بخش، تکنیکی برای تشخیص درد قلبی داریم که می خوانیم و یاد می گیریم.

شاید برای شما هم اتفاق افتاده باشد که نوعی حس سنگینی یا درد خفیف و مبهم در سینه تان داشته باشید و بترسید که آیا این دردی که دارید از قلب تان است یا چیز دیگری. اگر این مشکل را دارید حتما این مطلب را با دقت بخوانید چراکه پاسخ سؤالات تان را می توانید در این مطلب پیدا کنید.

شبهات های این ۲ درد

دکتر هاری کرنر، مدیر مرکز پیشگیری بیماری های قلبی دانبری می گوید: «ما مشکل سوزش پشت جناغ سینه و درد پشت قفسه سینه را با نام (heartburn سوزش قلب) می شناسیم چرا که تفکیک این ۲ درد از هم بسیار مشکل است اما راه هایی برای حدس زدن اینکه کدام این دردها از کدام عضو نشأت گرفته وجود دارد.» خیلی از انسان ها دردهای خفیف یا احساس سوزش یا گزگز کردن روی سینه خود را در زمان های متفاوت و در شرایط مختلف تجربه می کنند. به طور معمول همه آنها در چنین مقطعی از خودشان می پرسند که آیا این درد ناشی از یک مشکل جدی است یا مسئله مهمی نیست. سؤال معمول در این میان این است که این حالت درد قلبی است و یک حمله قلبی یا ناشی از مشکلات گوارشی و سوزش های سردل ... برخی از مشکلات گوارش و دردهای اعضای سیستم گوارش، علائم و نشانه هایی شبیه مشکلات قلبی و

سکته قلبی دارند اما این دردها و علائم نتایج متفاوتی را دربر دارد. تاخیر در درمان مشکلات قلبی ممکن است زندگی انسان را به خطر بیندازد. از طرف دیگر هیچ کس هم دوست ندارد به خاطر دردی که می شود با یک شربت آنتی اسید آن را ساکت کرد، سوار آمبولانس شود و سر از اورژانس یا بخش CCU دربیآورد.

آنهايي که نبايد تعلل کنند

اولین چیزی که باید در مورد درد مهم تر یعنی درد قلبی به آن دقت کنید از قول دکتر چنسی کراندل، فوق تخصص بیماری های قلب و عروق در میشیگان این است: «افرادی که سابقه بیماری قلبی ثابت شده دارند و آنهايي که به علت گرفتگی عروق آنژیوگرافی شده اند یا برای آنها استنت قلبی گذاشته شده است یا کسانی که تحت جراحی قلب باز قرار گرفته اند به محض بروز کوچک ترین علامتها و نشانه هایی باید به اورژانس مراجعه کنند و زمان را از دست ندهند. در مورد این افراد باید فرض را بر این گذاشت که هر درد سینه ای ناشی از مشکلات قلبی-عروقی است.» اما در مورد دیگران چه؟ دکتر کراندل می گوید: «اگر سن تان بالای ۵۰ سال است، سابقه خانوادگی از مشکلات قلبی و عروقی دارید، فشارخون تان به طور مزمن یا حاد بالا بوده است، بیماری دیابت دارید یا چاقی و اضافه وزن زیاد دارید و اگر کاملاً بی تحرک هستید بدانید که در معرض بیماری های قلبی قرار دارید، پس باید مواظب باشید و دردهای تان را ساده نگیرید.»



چهار نشانه تشخیص:

اما جدا از گروه های پرخطر، بقیه افراد باید چه کنند؟ دکتر کرامر می گوید: «چند راه برای تشخیص دردهای قلبی و دردهای گوارشی وجود دارد. با این تفکیک درد، شما می توانید بفهمید باید به اورژانس زنگ بزنید یا اینکه سراغ درمان های خانگی و داروهای بدون نسخه رفته یا نزد پزشک گوارش بروید. این ۴ کلید تشخیص دردهای گوارشی از دردهای قلبی است.

کجای سینه تان درد می کند؟

اگر محل درد تان درست وسط سینه و روی جناغ سینه است یا اینکه درد در شانه، فک پایین، گردن یا پشت سینه تان دارید این درد احتمالاً درد قلبی است اما اگر احساس سوزش در ناحیه گلو و کمی پایین تر از تیروئید خودتان داشتید، اگر حس تلخی روی زبان تان داشتید و فکر کردید که غذا دارد به گلویتان برمی گردد اینها احتمالاً نشانه های درد گوارشی است. در ضمن این را هم یادتان باشد که درد در ناحیه شکم ممکن است بیشتر به دلیل دردهای گوارشی باشد اما نمی شود گفت که هیچ وقت دردهای قلبی در ناحیه شکم رخ نمی دهند.

درد از چه زمانی شروع شده است؟

اگر به فاصله بسیار کمی از غذا خوردن دچار سوزش معده و درد پشت جناغ سینه شدید این احتمالاً ناشی از مشکلات گوارشی است به خصوص اگر بلافاصله پس از غذا خوردن دراز کشیدید احتمال بروز مشکلات گوارشی بیشتر است. دردهای قلبی به طور معمول (اما نه همیشه) پس از فعالیت رخ می دهد. در زمان استراحت معمولاً اگر دردی به وجود بیاید درد گوارشی است، دردهای قلبی به ندرت در زمان استراحت اتفاق می افتد.

علائم همراه

درد های قلبی و عروقی معمولا با علائمی مثل تنگی نفس، تعریق و عرق کردن صورت یا کل بدن، احساس ضعف و غش، تهوع و سبکی سر و سرگیجه همراه است. این علامت ها معمولا با دردهای گوارشی همراه نیستند. اگر همراه با درد علائمی مثل تعریق و تنگی نفس داشتید و احساس کلی ضعف و بی حالی وجودتان را گرفت اینها احتمالا ناشی از مشکلات قلبی یا عروقی است نه مشکلات گوارشی... البته این را هم بدانید که در زنان معمولا حمله های قلبی با علائم کلاسیک همراه نیست و اتفاقا بروز مشکلات قلبی در آنها اغلب با این علائم جانبی همراه است.

چه دارویی مصرف می کنید؟

اگر مشغول مصرف داروی خاصی (مثلا آنتی بیوتیک ها) هستید ممکن است این داروها معده شما را تحت تاثیر قرار دهند و آن را اذیت کنند و باعث بروز مشکلات گوارشی شوند در نتیجه احتمالا درد شما یک درد گوارشی خواهد بود. البته یادتان باشد افرادی که برای مشکلات قلبی قرص یا قرص زیربانی نیتروگلیسرین مصرف می کنند باید بدانند که این قرص ممکن است روی علائم گوارشی شان هم تاثیر بگذارد. به سمت اورژانس بروید یا منتظر آمبولانس بمانید.

مهم ترین نکته:

یادتان باشد که هیچ خط کشی و هیچ قانون و قاعده کلی در مورد تشخیص دردهای قلبی و گوارشی وجود ندارد. اگر باوجود تمام علائمی که در بالا گفته شد باز هم شک داشتید که دردتان قلبی هست یا نه حتما با اورژانس تماس بگیرید. اگر هم تا رسیدن اورژانس چند دقیقه وقت دارید یک قرص آسپیرین ترجیحا ۳۲۵ میلی گرم را بجوید.

اگر احساس می کنید که آمدن اورژانس خیلی طول می کشد می توانید با وسیله خودتان به اورژانس مراجعه کنید اما هرگز خودتان رانندگی نکنید. یادتان هم باشد که در اتومبیل خودتان وسیله ای برای درمان ندارید اما در آمبولانس نیروهای آموزش دیده و دارو برای برطرف کردن مشکلات حاد در دسترس است. و نکته آخر اینکه گرما را هم می توان یک ریسک فاکتور عامل مساعد کننده برای مشکلات قلبی دانست. این به خصوص در دمای بسیار بالا (بالا تر از ۴۰ درجه سانتی گراد) و هوای رطوبتی صادق است. در زمانی که موج گرما منطقه ای را فرا می گیرد میزان سکنه های قلبی به شدت بالا می رود، برای همین تا حد امکان از قرا گرفتن در معرض نور مستقیم آفتاب پرهیز کنید و در سایه بمانید و از شیوه های مختلف خنک تر شدن استفاده کنید.

منابع:

- وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی
- بانک اطلاعات پزشکی
- آدرس سایت بیمارستان امام رضا (ع)
<http://imamreza.tbzmed.ac.ir>



بسمه تعالی
دانشگاه علوم پزشکی تبریز
مرکز آموزشی درمان و تحقیقاتی امام رضا (ع)

از کجا بدانیم درد قلبی داریم؟



تهیه و تنظیم:
رویا صفری
کارشناس پرستاری
واحد کلینیک

زیر نظر دکتر محمد رنجبر و باتشکر از مسئول محترم
درمانگاه آقای حسینی اصل

تاریخ بازبینی: ۱۴۰۱