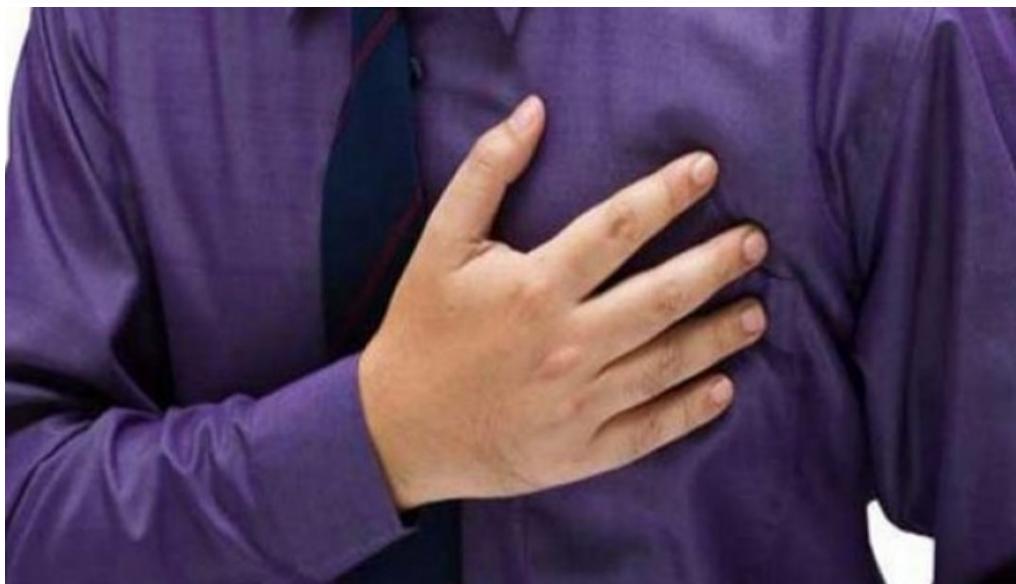


تشعر بنغزات في القلب؟..تعرف على أسبابها ودلائلها



الثلاثاء 28 مارس 2017 م

نغزات القلب هي آلام تصيب القلب فجأة وتستمر من لحظات إلى ساعات قليلة، وهي أحد أبرز الأعراض المرضية التي يصاب بها الإنسان كما ذكر موقع "almrsal".

والغريب في هذه النغزات أن المريض يمكن أن يشعر بها بين الحين والآخر، لكن عند قيام الطبيب بفحص المريض باستخدام رسم القلب أو غيره من الأجهزة الخاصة لا يستطيع ملاحظة النغزات التي تصيب القلب أو رصدها.

وعلى الرغم من أن هذه النغزات لا تقتصر على سن أو جنس معين، لكن أكدت الدراسات أن النسبة الأكبر من الأشخاص الذين يصابون بها هم النساء وخاصة في سن الشباب، ولكن لا يوجد سبب بعينه يمكن القول أنه سبب ظهور هذه النغزات لدى البعض، ولكنها قد تكون دلالة لظهور مرض ما.

حيث إن شدة النغزات القلبية تختلف على حسب شدة المرض، فالنغزات القوية المؤلمة تدل على وجود مشكلة كبيرة بالقلب، مثل أمراض إرتفاع ضغط الدم، ووجود نبضات بطينية أو أذينية زائدة، أو وجود إضطراب في نظام القلب، أي أن نغزات القلب تعد مؤشرًا على وجود مشكلة بالقلب بينما النغزات البسيطة التي لا تستمر وقتاً طويلاً تعتبر مؤشر لعدم وجود مشاكل خطيرة بالقلب.

وعلى الرغم من ذلك، فإن نغزات القلب لا تسبب الموت المفاجئ ولا تضر بالقلب، فهي فقط مجرد مؤشر على وجود مرض بالقلب، كما أنه يمكن التخلص منها بالتدريج عن طريق التغذية السليمة وعدم التعرض للضغوط النفسية والتوتر والإفراط في الممارسة، بالإضافة إلى الرياضة فهي تساهم بشكل كبير في التقليل من نغزات القلب.