

ألم الصدر .. متى يكون خطيراً ؟



الاثنين 24 أبريل 2017 02:04 م

ألم الصدر هو ألم تشعر به في الجزء العلوي من جسمك، من الكتفين نزولاً إلى أضلاعك

برغم أن ألم الصدر يمكن أن يكون من أعراض عدة حالات مختلفة، إلا أن من الواجب دائماً أخذه على محمل الجد حيث يمكن أن يكون علامة نوبة قلبية (انظر أدناه).

لا ينبغي أن تُستخدم المعلومات والنصائح الواردة في هذه الصفحة لتشخيص ذاتي لحالتك، لكنها، ستعطيك فكرة عن ما يسبب ألم صدرك وما إذا كنت بحاجة إلى مراجعة الطبيب أو طلب مساعدة طارئة. لا تتضمن كل الأسباب المحتملة لألم الصدر، ولكن يتم تغطية الأسباب الأكثر شيوعاً

متى تطلب المساعدة

يمكن أن يكون مراد ألم الصدر ألماً في القلب إذا:

- تتم إثارة الألم من خلال النشاط البدني وشفائه بالراحة
- يبدو الألم حاداً، ملحاً أو شديداً
- لديك أعراض أخرى مثل ضيق التنفس، الغثيان، التعرق أو ألم ينتشر إلى ذراعك
- لديك أحد عوامل خطر الإصابة بمرض القلب التاجي، مثل أن تكون مدخناً أو لديك ضغط دم عالي (ارتفاع ضغط الدم)، مرض السكري، ارتفاع الكوليسترول أو السمنة

هل يمكن أن يكون نوبة قلبية؟

إذا أُثير الألم من خلال نشاط بدني و اختفى بعد بضع دقائق من التوقف عن ممارسة التمرين، قد يكون ذبحة صدرية. قد يمتد ألم أو ضيق الصدر من الصدر إلى الذراع الأيسر، الرقبة والظهر

تنجم الذبحة الصدرية عن عسر في تدفق الدم إلى القلب. هذا لأن شريان أو أكثر من الشرايين الثلاثة التي تزود القلب بالدم قد تضيق. فتسبب ألماً في الصدر لأن القلب لا يحصل على ما يكفي من الأوكسجين

إذا كان لديك الأعراض المذكورة أعلاه ولكن استمر الألم أكثر من 15-20 دقيقة، يمكن أن تتعرض لنوبة قلبية. يمكن أن تبدو النوبة القلبية كما لو أن جسماً ثقيلاً يكبس على صدرك أو يضغطه

الاختلافات الرئيسية بين الذبحة الصدرية والنوبة القلبية هي:

- الذبحة الصدرية قصيرة، خفيفة نسبياً، وعادة ما يسببها الجهد البدني

• يتواصل الانزعاج من النوبة القلبية على الرغم من أخذ دواء (بمّاخ ثلاثي نترات الغليسيريل، الذي يوفر الراحة الفورية من أعراض الذبحة الصدرية). فغالباً ما يحدث في وقت الراحة أو أثناء النوم، وهو شديد يمكن أن يرافقه أعراض أخرى، مثل التعرّيق

اطلب سيارة الإسعاف على الفور إذا اعتقدت أنك تعاني أو أي شخص آخر من أزمة قلبية

لا تقلق إذا كان لديك أي شكوك حول ما إذا كانت نوبة قلبية يفضل المسعفون أن يتم استدعاؤهم ليجدوا أن خطأ بسيط قد حصل على أن يتم استدعاؤهم بعد فوات الأوان على إنقاذ حياة شخص

الأسباب الشائعة لألم الصدر

غالباً، لا ينجم ألم الصدر بسبب حالات مرتبطة بالقلب تشمل الأسباب الشائعة لألم الصدر ما يلي:

- مرض الارتجاع المعدي المريئي - حيث يتسرب حمض المعدة من المعدة راجعاً إلى المريء (الأنبوب الذي يربط الفم إلى المعدة)
- التوتر
- شد العضلة
- ألم جدار الصدر

يجب أن تعطيك المعلومات الواردة أدناه فكرة عن ما إذا كانت هذه الحالات هي التي تسبب ألم صدرك

ومع ذلك، عليك دائماً مراجعة الطبيب للحصول على التشخيص السليم وللحصول على المشورة حول كيفية تخفيف الألم ومعالجة السبب الرئيسي

ألم الصدر الذي يزداد سوءاً عند الاستلقاء

يمكن أن يكون ألم الصدر الذي يزداد سوءاً عند الاستلقاء نتيجة لتسرب حمضي من المعدة إلى المريء

تعرف هذه الحالة الشائعة بمرض الارتجاع المعدي المريئي .يمكن علاجها بسهولة عادة عن طريق إجراء تغييرات في نمط الحياة، وإذا لزم الأمر، استخدام الدواء

من المهم أن ندرك أن ألم الصدر المرتبط بالقلب يمكن أن يحدث أثناء الاستلقاء أحياناً على سبيل المثال، الذبحة المضجعية هي من مضاعفات قصور القلب الذي يسبب ضيقاً في الصدر وشعور يشبه الوخز حول القلب

لذا، يتوجب عليك الذهاب لرؤية الطبيب إذا كان لديك ألم في الصدر لا مبرر له بينما تكون مستلقياً

ألم الصدر والصدر المؤلم عند اللمس

هناك العديد من الأسباب المحتملة لألم الصدر والصدر المؤلم عند اللمس

قد يكون سبب ألم الصدر والألم عند الضغط على الصدر دون وجود تورم بسبب شد عضلي في جدار الصدر يمكن أن يكون هذا مؤلماً لدرجة كبيرة، لكن مع الراحة، يجب أن يخف الألم وتتعافى العضلة مع الوقت

إذا كان لديك ألم، تورم وألم عند الضغط حول أضلاعك، قد يكون لديك حالة تسمى التهاب الغضروف الضلعي ينجم هذا عن التهاب في المفاصل بين الغضاريف التي تربط الأضلاع بعظم القص (عظم الصدر). يجب أن تتحسن الأعراض بعد بضعة أسابيع

ويمكن أن ينجم ألم الصدر أيضاً عن مشاكل أخرى، مثل التوتر إضافة إلى جعلك تشعر بالقلق، يمكن أن يسبب التوتر أيضاً أعراض جسدية، مثل آلام الصدر، ضيق في التنفس وخفقان القلب

إذا اعتقد طبيبك أن سبب ألم الصدر ناجم عن التوتر، فإنه سيناقش معك إمكانية العلاج النفسي، وينصحك بطلب الاستشارة

الأسباب الأقل شيوعاً

في حالات أقل شيوعاً، قد ينجم ألم في الصدر عن أحد الشروط الموضحة أدناه راجع طبيبك إذا اعتقدت أن لديك أحد هذه الحالات

ذات الجنب

ذات الجنب هو التهاب في غشاء مزدوج الطبقات يحيط بالرتئين □ تحتك الطبقتان مع بعضهما البعض، مسببة ألم حاد و واخز في الصدر يسوء عندما تتنفس □

يمكن الشعور بالراحة من ذات الجنب من خلال أخذ نفس سطحي □ ويمكن علاج الألم مع ايبوبروفين بينما يتحقق طبيب من السبب الرئيسي لذات الجنب □

القوباء الموضعية

القوباء الموضعية هو التهاب في عصب ما ومنطقة الجلد حوله □ يسببه فيروس الهربس النطاقي الحماقي الذي يسبب جدري الماء أيضاً □

عادة ما يصيب الطفح الجلدي لقوباء الموضعية منطقة محددة إما على الجانب الأيمن أو الأيسر من الجسم ولا يعبر خط الوسط (خط وهمي يمتد من بين عينيك، نزولاً لما بعد سرة البطن).

التهاب الثدي

التهاب الثدي هو ألم وتورم ينجم عن عدوى عادة، وبشكل أكثر شيوعاً أثناء الرضاعة الطبيعية □

قد توصف المضادات الحيوية للمساعدة في تنظيف العدوى □ وقد تحتاجين أيضاً إلى تغيير طريقة الرضاعة الطبيعية □ سيكون طبيبك أو القابلة قادرين على نصحك حول هذا الموضوع □