

ما هي أعراض ببطء القلب؟ ومتى أذهب للطبيب؟



الخميس 15 يونيو 2023 02:35 م

قالت مؤسسة القلب الألمانية، إن بطء القلب يندرج ضمن أمراض عدم انتظام ضربات القلب، حيث تكون ضربات القلب بطيئة للغاية، أي أقل من 60. ويتراوح المعدل الطبيعي لضربات القلب بين 60 و80 ضربة في الدقيقة في وضع الراحة. وببطء القلب هو انخفاض سرعة ضربات القلب، حيث تتراوح سرعة القلب لدى البالغين أثناء الراحة عادةً بين 60 و100 نبضة في الدقيقة. فإذا كنت مصابًا ببطء القلب، فهذا يعني أن سرعة قلبك أقل من 60 نبضة في الدقيقة. ويمكن أن يسبب بطء القلب مشكلة خطيرة إذا كانت سرعة القلب بطيئة للغاية ولا يستطيع القلب ضخ كمية كافية من الدم الغني بالأكسجين إلى أعضاء الجسم. وأوضحت المؤسسة الألمانية أن أسباب بطء القلب تكمن في الرجفان الأذيني والأزمة القلبية والقصور الوظيفي للغدة الدرقية ونقص البوتاسيوم. فإن حدث ذلك، فقد تصاب بالدوخة والتعب أو الضعف الشديد وضيق التنفس. لكن لا يسبب بطء القلب أعراضًا أو مضاعفات في بعض الأحيان. ومن أعراضه أيضًا، الصداع، الغثيان، القيء، الدوار، ضيق التنفس، وفقدان الوعي. ومن الممكن أن تتسبب ضربات القلب الأبطأ من المعدل الطبيعي في عدم حصول المخ وغيره من الأعضاء على الأكسجين الكافي. وينبغي استشارة الطبيب لتحديد السبب الحقيقي الكامن وراء انخفاض معدل ضربات القلب والخضوع للعلاج في الوقت المناسب وقبل حدوث مضاعفات، فالرجفان الأذيني والأزمة القلبية يتطلبان طلب الإسعاف فورًا. وأوصت المؤسسة باتباع نظام غذائي صحي غني بالمعادن والفيتامينات، والمواظبة على ممارسة الأنشطة الحركية والإقلاع عن التدخين وتجنب التوتر النفسي. تجدر الإشارة إلى أن انخفاض سرعة ضربات القلب لا يمثل مشكلة دائمًا. فعلى سبيل المثال، سرعة القلب أثناء الراحة التي تتراوح بين 40 و60 نبضة في الدقيقة هي أمر شائع للغاية أثناء النوم ولدى بعض الأشخاص، ولا سيما اليافعين والأصحاء والرياضيين المدربين.