

قبل الصيام نصائح لمرضى القلب



السبت 5 مايو 2018 01:05 م

مع اقتراب الصيام، قدّم خبير في القلب نصائح للمرضى في شهر رمضان المبارك، تعرف عليها هنا

وقال الدكتور عمار سلام -استشاري أول أمراض القلب بمؤسسة حمد الطبية في قطر ورئيس قسم القلب بمستشفى الخور- إن الصيام يعود بفوائد عدة على مرضى القلب؛ إذ تنخفض نسبة الإصابة بأمراض القلب المختلفة مثل الأزمة القلبية (الجلطة)، والفشل القلبي، وعدم انتظام القلب (الارتجاج الأذيني) في شهر رمضان، بل تقل نسبة الفشل القلبي والارتجاج الأذيني الناتجة عن قصور الشريان التاجي

وأضاف الدكتور -في بيان صادر عن مؤسسة حمد وصل للجزيرة نت- أن الأبحاث أثبتت أن الصيام وما يرافقه من شعائر دينية يؤدي إلى هدوء النفس وانخفاض استثارة الجهاز العصبي السمبثاوي؛ مما يؤدي إلى انخفاض الضغط ونبض القلب، وهي إشارات طبية جيدة لمعظم مرضى القلب

كما أن صيام رمضان يؤدي أيضاً إلى زيادة نسبة الكوليسترول الجيد بنسبة تتراوح بين 30 و40%، مما يؤدي بدوره إلى حماية شرايين القلب من ترسبات الكوليسترول الضار

ولكن قبل اتخاذ قرار الصيام لمرضى القلب يجب استشارة الطبيب المعالج قبل عدة أسابيع من بدء الصيام، خاصة مرضى القصور الحاد في الشرايين لضبط مواعيد تناول الدواء، وتلقي التعليمات اللازمة لتجنب حدوث أي أعراض مثل الإحساس بالصداع أثناء الصيام من خلال التقليل من تناول الشاي والقهوة والمشروبات الأخرى التي تحتوي على الكافيين قبل الصيام بخمسة أيام

وكذلك يمكن تجنب الإصابة بالحموضة وحرقان المعدة بعدم الإفراط في تناول الأطعمة، خاصة التي تحتوي على سكريات عالية ومواد دهنية أثناء شهر رمضان

وبالنسبة لتناول مرضى القلب الدواء خلال رمضان، يشير الدكتور سلام -وهو أيضاً أستاذ مشارك بكلية الطب في جامعة قطر- إلى إمكانية تناول المريض الدواء مرة عند الإفطار ومرة أخرى عند السحور، وبالنسبة للمرضى الذين يتناولون دواءهم ثلاث مرات يومياً عليهم مراجعة الطبيب المختص لاستبداله بدواء طويل المفعول يؤخذ مرة أو مرتين يومياً