كفيلة بإنهاء حياتك... دراسة تحذر من الآلام المرتبطة بالنوبة القلبية

أظهرت دراسة جديدة أن شعور الشخص بآلام حادّة بعد مرور عام على إصابته "بنوبة قلبية" قد يجعله أكثر عرضة للوفاة خلال الـ8 سنوات التالية.

وفي الولايات المتحدة، يُصاب شخص ما بنوبة قلبية كل 40 ثانية تقريبًا، وفقًا للمراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض والسيطرة عليها.

وتعد أمراض القلب، ضمنًا (النوبة القلبية)، السبب الرئيسي للوفاة في الولايات المتحدة.
لكن، ينجو معظم الأشخاص من أول نوبة قلبية، ويواصلون عيش حياتهم بشكل طبيعي، وفقًا لجمعية القلب الأمريكية.

وأكدّ الباحثون على ضرورة اهتمام الأطباء بآلام المرضى في الأشهر التي تلي إصابتهم بنوبة قلبية.

وتشير الدراسات إلى أن عدد الأشخاص الناجين من النوبات القلبية زاد عن العقود السابقة. لكن، لم

يكن هناك سوى أبحاث قليلة حول تأثير الآلام الناجمة عن النوبات القلبية.

وللإجابة على هذا السؤال نظر العلماء في البيانات الصحية لـ "18,376" مريضًا أصيبوا بأزمة قلبية، تقل أعمارهم عن 75 عامًا، وتم تتبعهم من قبل مكتب سجلات في السويد، بين العامين 2004 و 2013.

وطُلب من المرضى ملء استبيانات لتقييم مستوى الألم لديهم خلال مواعيد المتابعة.
ولم يكن الألم غير شائع بين الناجين من النوبات القلبية.
وبعد مرور شهرين من النوبة القلبية، أبلغ 65٪ من الأشخاص عن شعورهم ببعض الألم.
وانخفض هذا الرقم بعد مرور عام تقريبًا، عندما أبلغ حوالي 45٪ من المرضى عن آلام متوسطة أو شديدة.
ولا تستطيع الدراسة تحديد السبب الدقيق للعلاقة بين الألم وخطر الموت.

ويعتقد الدكتور جورج دانغاس، طبيب القلب التداخلي في مستشفى Sinai Mount ورئيس أمراض القلب في "Mount Sinai Queens" بمدينة نيويورك، أن الألم قد يكون علامة على وجود التهاب.
وأوضح دانغاس، غير المشارك في الدراسة، أن تناول المسكنات للآلام الشديدة قد يكون لها آثار جانبية مميتة.
ويمكن للعديد من مسكنات الألم، حتى تلك التي تباع من دون وصفة طبية، أن تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.

وغالبًا ما يُشارك المريض في برنامج إعادة تأهيل القلب، حيث يتم تقديم إرشادات طبية له حول التمارين المفيدة لصحة القلب بشكل عام.
وليس ذلك فحسب، وإنما أيضًا كيفية تناول طعام صحي، وتقديم استشارات تساعد في تقليل مستويات التوتر وإدارة الاكتئاب.

ويقول الأطباء إن: "مثل هذه التغييرات في نمط الحياة غالبًا ما تكون من أهم الأشياء التي يمكن أن يفعلها الناجي من الأزمة القلبية، خصوصًا إذا كان يعاني من أي آلام بعدها".