طبيب اختصاصي: برودة الأطراف بالشتاء قد تخفي مشكلة صحية خطيرة

مع الانخفاض السريع في درجات الحرارة، يشعر كثيرون بالبرد الشديد في الأطراف، لكن استمرار برودة الأصابع أو عدم استجابتها للدفء قد يشير إلى مشكلة أخرى.

ووفقًا للدكتور سام فيروزي، استشاري جراحة القلب التدخّلية فإن: "الجسم يضيّق الأوعية الدموية في اليدين والقدمين خلال البرد للحفاظ على حرارة الجسم، فيما ينظم الجهاز العصبي اللاإرادي تدفق الدم بين الأطراف والمركز عبر آليات التوسع والتضيّق الوعائي".

وأضاف: "إلا أنّ بعض الأجسام قد تُظهر استجابة مبالغًا فيها للبرد أو للقلق والتوتر، وهو ما يُعرف بظاهرة رينو، حيث يتوقف الدم عن التدفق بشكل كافٍ إلى الأصابع".

وقال فيروزي لصحيفة "ذا إندبندنت": "نشعر جميعًا بخدر الأطراف في البرد، لكن إذا لاحظتَ تغيّرًا شديدًا في اللون يستغرق وقتًا طويلًا للعودة لطبيعته، يجب استشارة الطبيب، أما تغيّر اللون بشكل دائم أو تغيّر مظهر الأظافر، فليس أمرًا طبيعيًا".

ومن علامات الظاهرة تغيّر لون أصابع اليدين والقدمين إلى الأبيض أو الأزرق، ثم الأحمر عند عودة الدم إليها، وقد يصاحب ذلك ألم حارق أو نبض مؤلم.

وقد تستمر الأعراض من دقائق إلى ساعات، وقد تطال الأذنين والأنف والشفتين.

ونصح فيروزي المرضى بـ"متابعة الأعراض وتصوير تغيّرات اللون باستخدام الهاتف لعرضها على الطبيب"، كما أوصى بـ"استخدام القفازات، أو وضع اليدين في الجيوب، أو الاستعانة بوسائل تدفئة صغيرة قابلة للتسخين".