

الرعاية المبكرة للنوبة القلبية



تعرف على الأعراض مبكراً • استجب بسرعة • أنقذ حياة

التعرف المبكر على الأعراض ينقذ الأرواح

يُعلِّمك برنامج الرعاية المبكرة للنوبة القلبية كيفية التعرف على العلامات المبكرة للنوبة القلبية والاستجابة دون تأخير. إن فهم هذه العلامات التحذيرية يمكن أن يساعدك على أن تصبح عنصراً فاعلاً في إنقاذ حياتك وحياة أحبائك وأفراد مجتمعك.

هل تعلم؟

يحدث معظم الضرر الذي يلحق بالقلب خلال أول ساعتين من حدوث النوبة القلبية. ويمكن أن يسهم التعرف المبكر واتخاذ الإجراء الفوري في إنقاذ حياة شخص ما، وربما حياتك أنت.

تعرف على العلامات التحذيرية

قد تبدأ النوبة القلبية بأعراض خفيفة تظهر وتختفي قبل أن تصبح أكثر شدة.

العلامات التحذيرية الشائعة:

- ضغط أو انقباض أو ألم أو شعور بالحرقنة أو ضيق في الصدر
- إرهاق أو ضعف شديد
- ضيق التنفس
- الغثيان أو القيء
- ألم أو انزعاج في: الظهر، الرقبة، الكتف، الفك
- التعرق البارد
- دوار مفاجئ
- ألم يمتد إلى أحد الذراعين أو كليهما

لا تتجاهل الأعراض!

قد تظهر هذه الأعراض قبل حدوث نوبة قلبية حادة بساعات أو أيام أو حتى أسابيع.

ما عوامل الخطورة؟

هذه هي عوامل الخطورة العامة. تحدّث مع طبيبك لمعرفة مستوى خطورة حالتك.

- ألم أو ضغط أو حرقة أو وجع أو ضيق في الصدر، وقد تظهر هذه الأعراض وتختفي
- وجود تاريخ مرضي للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية
- ارتفاع ضغط الدم
- زيادة الوزن أو السمنة
- نمط الحياة الخامل
- استخدام منتجات التبغ
- أمراض الأيض أو السكري أو أمراض أخرى
- بالنسبة للنساء، قد تشمل عوامل الخطورة أيضاً حبوب منع الحمل، أو وجود تاريخ مرضي لتسمّم الحمل، أو سكري الحمل، أو إنجاب طفل منخفض الوزن عند الولادة



ليست كل النوبات القلبية متشابهة

يعاني بعض الأشخاص من أعراض غير نمطية، وقد لا يشعرون
بألم في الصدر.
انتبه إلى الأعراض التالية:

- ألم حاد أو ألم يشبه الطعن بالسكين عند السعال أو التنفس
- ألم يمتد إلى أعلى عظمة الفك أو إلى الجزء السفلي من الجسم
- صعوبة أو مشقة في التنفس
- يجب عدم تجاهل هذه الأعراض مطلقاً.

بادر بالتصرف فوراً

إذا كنت تعتقد أنك تعاني من نوبة قلبية:

- اتصل بخدمات الطوارئ فوراً
- أوقف أي نشاط وقم بالراحة
- حافظ على هدوئك
- اتبع تعليمات الطوارئ

التزم بتعهّد برنامج الرعاية المبكرة للنوبة القلبية

“أدرك أن النوبات القلبية لها بدايات قد تشمل الشعور بعدم الراحة في الصدر، وضيق التنفس، والتعرق، وألم الكتف و/أو الذراع، والضعف. وقد تظهر هذه الأعراض قبل حدوث النوبة القلبية الفعلية بساعات أو أسابيع. وإذا حدث ذلك لي أو لأي شخص أعرفه، فسأتصل بالإسعاف فوراً.”

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة: CardioSmart.org/heartattack



هل يمكنك إنقاذ حياة؟
امسح الرمز.

احصل على الدورة المجانية واستخرج شهادتك!

هل يمكنك
إنقاذ حياة؟

احصل على الدورة المجانية
واستخرج شهادتك!



ssmc

مدينة الشيخ شخبوط الطبية
Sheikh Shakhbout Medical City

800 7762 SSMC | ssmc.ae

