

أنت مدخن شرايينك.. في خطر

يتوقع عدد من علماء (المستقبلات) أن يعتبر التدخين في الأعوام القادمة (محظوراً) مثله مثل المخدرات لأنه (آفة) ذات خطر فأتك بصحة الإنسان أيضاً ، وخصوصاً أن كل التحذيرات على العبوات المباعة بأمر من الحكومات لم تقدم المطلوب في مسألة التوعية .

ومن المؤكد أن أغلب المدخنين على علم ودراية بمخاطر التدخين، وما قد يترتب عليه من أمراض خطيرة بالقلب والرئتين لكنهم يجهلون آثار التدخين على الأوعية الدموية الطرفية وما يترتب عليه من مشاكل صحية واجتماعية خطيرة ، وفي هذا الحوار يوضح لنا د.جمال الدين مصيلحي أخصائي الجراحة العامة بمستشفى الحمادي بالرياض العلاقة بين التدخين وتصلب شرايين الطرفين.

* في البدء سألنا د. مصيلحي عن العلاقة بين التدخين وتصلب شرايين الطرفين

فقال:-للدخان يؤثر بشكل مباشر على خلايا الجدار الداخلي للشريان ويقلل نسبة الأوكسجين بها ، (حيث يحتوي التبغ على أول أكسيد الكربون الذي يتحد مع هيموجلبين الدم بدلاً من الأوكسجين) فيؤدي إلى تصلب الشريان وتخثر الدم والذي قد يمتد إلى فروع الشريان الدقيقة فيمنع وصول الدم للأنسجة ، مما يؤدي إلى موتها ، وخصوصاً إذا لم تكن هناك روافد وعائية

* وهل هناك عوامل أخرى تؤدي إلى تصلب الشرايين غير التدخين؟

- نعم ، هناك الداء السكري وارتفاع ضغط الدم الشرياني وارتفاع نسبة الدهون بالدم.

* وماهي الأعراض التي يشعر بها المريض؟

- هناك ثلاث مراحل للمرض: أولاً عرج متقطع ، وهو عبارة عن تقلص أو ثقل أو عدم راحة بعضلات الساق يشعر بها المريض عند القيام بمجهود مثل المشي ، يزداد الألم مع ازدياد المسافة حتى حد معين يقف عنده المريض فيخف الألم تدريجياً خلال دقائق ثم يعود ثانية إذا تكرر المشي لنفس المسافة السابقة ، أحياناً يمتد الألم لعضلات الفخذ والإلية .

يتشابه هذا الألم مع ما يشعر به المريض بانزلاق غضروفي أو تضيق في القناة العصبية لكن يختلف عن عرج التدخين في أن الألم يأخذ فترة طويلة أكثر من نصف الساعة حتى يتحسن.

والمرحلة الثانية هي مرحلة ألم الراحة: وهو عبارة عن ألم وحرقان يشعر به المريض في جلد القدم ، يحدث عادة ليلاً ، حيث يقل الدم المتدفق من القلب للأطراف مع الراحة وفقدان الجاذبية الأرضية كعامل

مساعد ويتحسن الألم عندما تتدلى^١ الرجل بجوار السري.

مع تقدم المرض تحدث تغيّرات في الجلد من حيث اللون والمرونة والحرارة نظراً لنقص التروية الدموية ولا يوجد نبض محسوس بالقدم.

أما المرحلة الثالثة فهي موت الأنسجة ، فنظراً لعدم كفاية الدم والأكسجين تظهر القرحة التي لا تلتئم وتسود الأصابع ويموت الإحساس بها ، ثم يمتد بالتدرّج إلى باقي أجزاء القدم وتصل في النهايات إلى غرغرينا بالقدم ، يتبعها في النهاية فقدان القدم المصابة.

* وهل هناك طرق علاجية لمنع تفاقم المرض؟

أولاً : الامتناع عن التدخين نهائياً ، حيث ثبت مع التجربة أنه يؤدي إلى تحسن الأعراض المرضية بشكل ملحوظ ، فيشعر المريض بالقدرة على المشي بدون ألم لضعف المسافة التي كان يمشيها سابقاً .
ثانياً : علاج مكثف للداء السكري وارتفاع ضغط الدم الشرياني وارتفاع دهنيات الدم إذا وجدت هذه الأمراض مع التدخين.

ثالثاً : تمارين رياضية بالتدرّج (علاج طبيعي) .

رابعاً : الأدوية : وهي بشكل عام ليست فعّالة في العلاج ، لكنها عامل مساعد ومفيد فينصح بتناول قرص أسبرين 75 مجم يومياً ، فهو يمنع حدوث تخثر بالدم عن طريق التأثير على الصفائح الدموية ، وبذلك يمنع مضاعفات المرض.

أيضاً ينصح بتناول فيتامين هـ، فلقد أثبتت الأبحاث أهميته للمدخنين فهو عامل مضاد للأكسدة.