



مركز مكة الطبي
Makkah Medical Center

الأم الصدر Chest Pain

ما هو ألم الصدر

يمكن ان تشعر بألم الصدر في الجزء العلوي من الجسم بداية من الرقبة حتى منطقة البطن وقد تشعر بالألم أو ضغط أو ضيق في الصدر يمكن ان تتسبب اشياء كثيرة في الشعور بألم الصدر بعضها امراض خطيرة مثل امراض القلب وامراض الرئة كما يمكن ان تؤدي امراض اقل خطورة مثل مشكلات المعدة الى ألم الصدر يمكن الا يتمكن الاطباء من معرفة جميع الاسباب الخطيرة المرتبطة بألم الصدر في المرة الاولى التي تخضع فيها للفحص ومن المهم ان تتابع مع طبيبك ويتوقف العلاج على معرفة سبب الألم في الصدر

What is Chest Pain

You feel chest pain in the upper part of your body, from neck to abdomen or you might feel pain and pressure or stress. It might be due to heart and lung disease. You may feel pain in your muscles, or chest, tendons, and nerves of your chest. Chest pain may be due to a severe health problem or other minor factors.

Physicians may ask for analyses for registering heartbeats or x-rays, or measure blood pressure for revealing the reason for chest pain. The treatment will depend on the cause of chest pain.

ما اسباب ألم الصدر

تتضمن بعض المشكلات المرتبطة بالقلب ما يأتي
النوبة القلبية وهي عبارة عن انسداد يمنع تدفق الدم الى جزء من القلب
الذبحة الصدرية تشبه النوبة القلبية ولكن دون تعرض القلب لتلف مزمن
اضطراب منظم القلب وهو عدم انتظام ضربات القلب
التهاب التامور وهو تهيج الغشاء المحيط بالقلب
تتضمن بعض المشكلات التي يمكن الا تكون مرتبطة بالقلب ما يأتي
مشكلات الجهاز الهضمي مثل القرحة وعسر الهضم والارتجاع المعدي وحصوات المرارة الصفراوية
مشكلات الرئة مثل انهيار الرئة والجلطات الدموية والربو والالتهاب الرئوي
اصابات الضلع او الام العضلات
نوبات الهلع
انضغاط العصب
الهربس النطاقي

What are the causes?

Some heart troubles:

Heart attack, which is blockage of blood supply to part of the heart.

Variant Angina, a case similar to heart attack but without long-term heart damage.

Angina Pectoris.

Irregular heartbeat.

Pericarditis, inflammation of the sac around the heart.

Some problems not associated with the heart, including:

Digestive problems such as ulcers, indigestion, gastric reflux, gallstones.

Lung problems such as collapsed lung, blood clots, asthma, pneumonia.

Rib injuries or muscle pain.

Panic attack.

Trapped nerve.

ما الاعراض الرئيسية لالام الصدر

- يجب مراجعة الطبيب لفحص الم الصدر من اي نوع
- تتمثل الاعراض التي قد تشير الى سبب اكثر خطورة لالام الصدر في
- ضغط او ضيق في الصدر قد ينتقل الى الظهر او الرقبة او الفك او الكتفين او الذراعين
- ضيق التنفس
- التعرق
- الشعور بالدوار
- اضطراب في المعدة او الغثيان او التقيؤ
- الضعف
- الشعور بالاغماء
- اذا كنت تعاني من الم في الصدر مصحوب باي من هذه الاعراض اتصل بمساعدة الطوارئ

كيف يشخص الطبيب هذه المشكلة الصحية

- سيفحصك طبيبك وقد يسالك اسئلة تتعلق بالالم الذي تشعر به وقد يوجهك الطبيب الى اجراء ما ياتي
- رسم كهربائية القلب
- مخطط صدى القلب
- اختبار الجهد
- التصوير النووي للقلب
- التصوير المقطعي المحوسب
- قسطرة القلب او القثطار

What are the principal symptoms?

- Chest pain should be checked by a physician.

Signs indicating more serious causes of chest pain:

- Pressure or tightness in the chest, which may spread to the back, neck, jaw, elbows, or arms.
- Shortness of breath.
- Sweating.
- Dizziness.
- Stomach upset, nausea, or vomiting.
- Feeling numb.
- Feeling sweaty.

If you suffer from chest pain without any of the above signs, call for emergency.

How do physicians diagnose this health problem?

Physicians will examine you and may ask questions about your feeling of pain. They may require the following tests:

- Lab analysis
- Chest X-ray
- Electrocardiography (ECG)
- Echocardiogram
- Stress test
- Nuclear stress test
- Computerized tomography (CT) scan
- Cardiac Catheterization

كيف يعالج الطبيب هذه المشكلة الصحية

سيتوقف علاجك على معرفة سبب الالام وفي كثير من الاحيان قد تعطى ادوية لعلاج المشكلة ويمكن ان يمثل اي الم في الصدر خطورة ويمكن علاج المشكلات الاكثر خطورة عن طريق فتح الوعاء الدموي في القلب باستخدام بالون او انبوب معدني يسمى الدعامة وقد تحتاج الى اجراء عملية جراحية لاستبدال الاوعية الدموية في القلب اخبر طبيبك دائما عند شعورك بالالم في الصدر

ما التغييرات المطلوبة في نمط الحياة

بمجرد ان يعرف طبيبك سبب الالام في الصدر فقد يطلب منك اجراء تغييرات على نظامك الغذائي ونشاطك ووزنك والادوية التي تتناولها وتتوقف هذه التغييرات على معرفة سبب المك

ما الادوية التي قد تكون مطلوبة

- اذا كان الم الصدر ناتجا عن مشكلة مرتبطة بالقلب فقد يوجهك الطبيب الى تناول ادوية بغرض
- راجع طبيبك قبل تناول ادوية مثل الايبوبروفين او النابروكسين او الفيتامينات او العلاج بالهرمونات البديلة
- اذا كان الم الصدر ناتجا عن مشكلة اخرى غير مرتبطة بالقلب فقد يوجهك الطبيب الى تناول ادوية بغرض
- اراحة القلب والمساعدة على تجنب التعرض لتشنجات الشرايين
- تصحيح ضربات القلب غير المنتظمة او الوقاية منها
- زيادة سيولة الدم
- اذابة اي جلطة دموية
- خفض مستوى الكوليسترول
- تخفيف جهد القلب
- خفض ضغط الدم
- زيادة تدفق الدم الى عضلة القلب
- المساعدة في تخفيف الالام
- علاج مشكلات المعدة
- مساعدتك على التنفس
- مساعدتك على الاسترخاء
- ايقاف السعال

How do physicians treat this health problem?

Treatment depends on the cause of pain. In most cases, medications can be prescribed for treating the health problem. Chest pain could be dangerous, and the most serious problems can be treated through opening the vessel in the heart using a balloon or metallic suction tube, called a stent. You may need surgery for replacing vessels in the heart. Always talk to your physician about chest pain.

What are the requested changes to your lifestyle?

Once the physician identifies the cause of chest pain, changes may be requested in your diet, activities, weight, and medications. These changes depend on the reason for pain.

What are the requested medications?

If chest pain is due to heart-related issues, the physician may prescribe medications for:

- Blood thinning.
- Dissolving blood clots.
- Reducing cholesterol levels.
- Reducing heart burden.
- Correcting or preventing abnormal heartbeat.
- Reducing blood pressure.
- Increasing blood flow to the heart muscle.
- Relaxing the heart and helping to avoid spasms in the arteries.

Consult your physician before receiving certain medications such as Ibuprofen, Naproxen, vitamin, or hormone replacement therapy.

If chest pain is not related to heart troubles, your physician may prescribe medications for:

- Pain relief.
- Treating stomach issues.
- Helping to breathe easily.
- Relaxing muscles.
- Controlling cough.

ما المشكلات التي يمكن ان تحدث

إذا كان الألم ناتجاً عن مشكلة خطيرة في القلب أو الرئتين فيمكن ان تتعرض لما يأتي

- نوبة قلبية مع تعرض القلب لتلف مزمن
- عدم انتظام ضربات القلب فتكون سريعة جداً أو بطيئة جداً أو غير منتظمة
- توقف القلب عن النبض وهذا ما يعرف بالسكتة القلبية وإذا لم تعالج على الفور فقد تؤدي إلى الوفاة

What are the probable problems?

If pain is related to a serious heart or lung problem, the following matters could occur:

- Heart attack and long-term heart damage.
- An abnormally rapid or very slow heartbeat.
- Cardiac arrest, which may lead to death if not treated quickly.

ما الذي يمكن فعله لتجنب هذه المشكلة الصحية

- إذا كنت مدخنا اقلع عن التدخين
- احرص على ان يكون وزنك صحيا اذا كان وزنك زائدا بشكل كبير عليك انقاصه
- احرص على ان يبقى مستوى ضغط الدم والكوليسترول وارتفاع نسبة السكر في الدم تحت السيطرة
- جدد نشاطك سواء بالمشي او الاعتناء بنباتات الحديقة او ممارسة اي نشاط لمدة ثلاثين دقيقة او اكثر في معظم ايام الاسبوع
- تناول الكثير من الالياف والفواكه والنشويات والخضراوات وابتعد عن الاطعمة الممتلئة بالدهون

متى يجب علي الاتصال بالطبيب

- اتصل بنظام الطوارئ الطبية على الفور اذا ظهرت عليك اعراض نوبة قلبية فكلما بدأت في العلاج مبكرا كانت فرصك في الشفاء افضل اتصل للحصول على مساعدة الطوارئ فورا اذا شعرت بما ياتي
- اعراض النوبة القلبية
- ألم في الصدر
- صعوبة في التنفس
- تسارع ضربات القلب
- الشعور بالدوار
- لم يسبق لك الشكوى من ألم في الصدر ولا يزول بعد خمس دقائق من الراحة لا تقد سيارتك بنفسك الى المستشفى او تطلب من احد ان ينقلك فافراد الانقاذ لخدمات الطوارئ يمكنهم البدء في علاجك فور وصولهم

What can we do to avoid this health problem?

- Quit smoking (if you are a smoker).
- Maintain a healthy weight. Reduce weight if needed.
- Control your blood pressure, cholesterol, and sugar levels.
- Exercise at least 3-4 times per week.
- Eat fibers, fruits, carbohydrates, and vegetables, and avoid high-fat foods.

When should I call my physician?

- Chest pain.
- Difficulty breathing.
- Quick heartbeats.
- Feeling dizzy.

If you haven't felt chest pain before but pain persists after resting for 5 minutes, do not drive yourself to the hospital. Ask someone to drive you, and paramedics can start treatment upon arrival.

اعراض النوبة القلبية

عند الرجال

- التعرق
- صعوبة في التنفس
- ألم او ضغط في الصدر
- الشحوب
- ألم في الفك ووصوله الى اسفل الذراع
- الغثيان والقيء

عند السيدات

- ضعف النشاط
- صعوبة في التنفس
- حرقة في فم المعدة
- الشعور بالدوار
- الضعف
- الغثيان والقيء

اذا كان عليك تناول اقراص او بخاخ النتروجليسرين لعلاج ألم الصدر

- استرح اجلس او استلق
- استعمل البخاخ او ضع قرصا واحدا تحت لسانك واتركه يذوب
- اذا لم يهدأ الألم او تفاقم بعد مرور ثلاث الى خمس دقائق فاتصل بمساعدة الطوارئ ثم استعمل البخاخ مرة ثانية او ضع قرصا اخر تحت لسانك
- اذا لم يهدأ الألم بعد مرور من ثلاث الى خمس دقائق اخرى فاستعمل البخاخ مرة ثالثة او ضع قرصا ثالثا تحت لسانك
- اشرب قليلا من الماء لترطب فمك اذا كان شديد الجفاف بما يمنع ذوبان الاقراص

Symptoms of Heart Attack

for Women

- Dizziness
- Weakness
- Nausea
- Energy loss
- Breathing difficulty
- Stomach burning

for Men

- Paleness
- Jaw and lower arm pain
- Nausea and vomiting
- Sweating
- Breathing difficulty
- Chest pain or pressure

If your physician prescribes Nitroglycerine for heart pain, sit or lie down.

- Place a tablet under your tongue and allow it to dissolve.
- If the mouth is dry, take a small sip of water.
- Wait for 5 minutes, and if the pain is not relieved, take another tablet under the tongue.

تواصل معنا



مركز مكة الطبي
Makkah Medical Center



هاتف 0125222222 تحويلة 5104

+966593783705 | f mmc_med_sa

Mmc_Med_sa | mmcofficial1

mmc.med.sa