



Resuscitation
Council UK

الدعم بعد السكتة القلبية



Department of
Health
An Roinn Sláinte
Mánnystrie O Poustie
www.health-ni.gov.uk



GIG
CYMRU
NHS
WALES

NHS

England

NHS

SCOTLAND

بالشراكة مع



ACHUB BYWYD CYMRU
SAVE A LIFE CYMRU

القلب و السكتة القلبية

يتفهم مجلس الإنعاش في المملكة المتحدة أن رحلة التعافي بعد السكتة القلبية تختلف من شخص لآخر. لقد أنشأنا هذا المصدر لنزودك بمزيد من المعلومات حول السكتة القلبية والدعم المتاح لك ولعائلتك وأصدقائك.

القلب هو المضخة التي ترسل الدم إلى جميع أنحاء الجسم. يقوم الدم بتوصيل الأكسجين والمواد المغذية إلى الخلايا ويزيل الفضلات، وهو أمر حيوي لعمل الجسم بشكل طبيعي. هناك إشارات كهربائية داخل القلب تأمره بضخ الدم.

توقف القلب يحدث عندما يتوقف القلب فجأة عن ضخ الدم في جميع أنحاء الجسم. يفقد الشخص وعيه على الفور ويتوقف عن التنفس أو لا يتنفس بشكل طبيعي. تؤثر السكتة القلبية على عشرات الآلاف من الأشخاص في المملكة المتحدة كل عام. تحدث السكتة عادة دون سابق إنذار ويمكن أن تحدث في أي عمر، على الرغم من أن الأشخاص الذين يعانون من أمراض القلب الكامنة يكونون أكثر عرضة لخطر الإصابة بها.

تحدث النوبة القلبية عندما تصبح الأوعية الدموية التي تغذي القلب ضيقة أو مسدودة، مما يؤثر على إمداد الدم لعضلة القلب. قد يؤدي هذا النقص في تدفق الدم إلى تلف القلب. وهذا لا يشبه السكتة القلبية، ولكن السكتة القلبية يمكن أن تحدث كأحد مضاعفات عضلة القلب التالفة.

تزيد عملية الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) وإزالة الرجفان في وقت مبكر من فرص البقاء على قيد الحياة.

✓ الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) هو حينما يقوم الشخص بالضغط على الصدر يدويًا للحفاظ على ضخ القلب وتحريك الدم في جميع أنحاء الجسم. وقد يشمل ذلك أيضًا توصيل الأكسجين إلى الرئتين.

✓ إزالة الرجفان هي صدمة كهربائية من جهاز إزالة الرجفان للمساعدة في استعادة إيقاع القلب.

لتعلم كيفية إجراء الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) أو إذا كنت مهتمًا بمعرفة المزيد عن الإنعاش،
قم بزيارة الموقع الإلكتروني www.resus.org.uk/how-to-do-cpr

أو قم بمسح رمز الاستجابة السريعة أدناه



أسباب السكتة القلبية

هناك أسباب متعددة للسكتة القلبية، والتي لا ترتبط جميعها بشكل مباشر بوضع القلب، على الرغم من أن السكتة القلبية تحدث عندما يتوقف القلب عن النبض.

بعد حدوث السكتة القلبية، سيخضع الناجون لفترة من الرعاية في المستشفى، والتي قد تشمل البقاء في وحدات متخصصة مثل العناية المركزة أو وحدة العناية الفائقة القلبية أو وحدة العناية التاجية.

أثناء وجودك في المستشفى، سيناقدش فريق الرعاية الصحية معك ما قد يكون سبب إصابتك بالسكتة القلبية. قد تحتاج إلى إجراء فحوصات لمعرفة السبب، وقد تكون هناك حاجة لمزيد من الفحوصات بعد الخروج من المستشفى.

سيقوم فريق الرعاية الصحية الخاص بك بمناقشة أي علاجات يشعرون أنها قد تفيد تعافيك وقد تمنع حدوث المزيد من السكتات القلبية.

في وقت الخروج من المستشفى، قد يكون فريق الرعاية الصحية الخاص بك لم يتمكن بعد من تحديد سبب السكتة القلبية التي تعرضت لها. ويُعرف هذا الأمر بحالة مجهولة السبب.

دعم لك

يمكن أن يستغرق التعافي من السكتة القلبية بعض الوقت، ومن المهم جدًا ألا تتعجل في عملية التعافي خاصتك.

خلال هذه الفترة، سوف تتلقى المساعدة والدعم من مجموعة من المتخصصين في الرعاية الصحية. اعتمادًا على سبب السكتة القلبية والأعراض الموجودة لديك، قد يشمل ذلك ما يلي:

- ✓ الأطباء (بما في ذلك طبيب العائلة خاصتك)
- ✓ أخصائيو العلاج الوظيفي
- ✓ الممرضات
- ✓ أخصائيو العلاج الطبيعي
- ✓ أخصائيو العلاج النفسي العيادي
- ✓ أخصائي فسيولوجيا التمارين السريرية.
- ✓ الصيدالة

سيقوم هؤلاء المتخصصون في الرعاية الصحية بدعم تعافيك جسديًا ونفسيًا لضمان حصولك على الرعاية المناسبة.

عادةً ما تحدث عملية التعافي على مراحل، تبدأ في المستشفى، حيث يمكن مراقبة حالتك عن كثب وتقييم احتياجاتك الفردية للمستقبل. قد يُعرض عليك الخضوع لإعادة تأهيل القلب.



يمكن العثور على مزيد من المعلومات حول إعادة تأهيل القلب على الموقع الإلكتروني

www.bhf.org.uk/information-support/support/practical-support/cardiac-rehabilitation

سيواجه كل من ينجو من السكتة القلبية تحديات مختلفة، وأي إرشادات أو نصائح تتلقاها ستكون مصممة خصيصًا لتلبية احتياجاتك. أبلغ الناجون من السكتة القلبية عن مجموعة من الأعراض في الأسابيع والأشهر التي تلت تعرضهم للسكتة القلبية، والتي يمكن أن يكون لها تأثير على حياتهم اليومية.

باعتبارك أحد الناجين من السكتة القلبية، قد تواجه مشاكل في:

- التعب أو الإرهاق الشديد والحاجة إلى مزيد من الراحة
- ذاكرتك أو انتباهك أو قدرتك على التفكير أو حل المشكلات
- القلق أو الخوف أو انخفاض الحالة المزاجية
- صحتك الجسدية، بما في ذلك مستويات الطاقة المنخفضة.

لا يعاني جميع الناجين من السكتة القلبية من هذه المشاكل، وتختلف شدتها من شخص لآخر. قد تجد أن بعض المشاكل أصبحت أكثر وضوحًا عند عودتك إلى المنزل أو إلى العمل.

من المهم أن يكون فريق الرعاية الصحية الخاص بك على دراية بأي تغييرات في صحتك الجسدية والعقلية والعاطفية حتى يتمكنوا من اقتراح علاجات داعمة لمساعدتك على التعافي. تحدث إلى فريق الرعاية الصحية الخاص بك (الذي يتضمن طبيب العائلة) حول أي مخاوف موجودة لديك.

لدى مجلس الإنعاش في المملكة المتحدة صفحة ويب **مخصصة للدعم بعد السكتة القلبية** لأي شخص تعرض للسكتة القلبية. ستجد هنا الموارد التي تدعم تعافيك بما في ذلك خطوط المساعدة، حيث يمكنك التحدث إلى أخصائي في الرعاية الصحية، ومجموعات الدعم بين الأقران حيث يمكنك لقاء أشخاص مروا بتجربة مماثلة.

تتضمن صفحة الويب أيضًا معلومات مفيدة ودعمًا لعائلتك وأصدقائك وأي شخص قام بأداء الإنعاش القلبي الرئوي (CPR) أو شاهد عملية إجرائه.

قم بزيارة www.resus.org.uk/support-after-ca

أو قم بمسح رمز الاستجابة السريعة أدناه



1. *Journal of the American Medical Association*, 2000; 284: 2689-2695.

مساحة لملاحظاتك والأسئلة التي يمكنك طرحها على فريق الرعاية الصحية الخاص بك:

نُشر بواسطة مجلس الإنعاش في المملكة المتحدة
أكتوبر 2025، الإصدار الأول

resus.org.uk | enquiries@resus.org.uk | 020 7388 4678

Resuscitation Council UK, First Floor, 60-62 Margaret Street, London, W1W 8TF