

الحج

لمرضى القلب

Hajj for the sick
the heart

لا ننصح أي مريض قلب بالذهاب للحج في حال لم يلتزم بمواعيد المراجعة مع طبيب قلب لفترة طويلة، حتى لو لم يكن يعاني من أي أعراض، فلا بد من إعادة تقييم حالته قبل الذهاب للحج، وذلك نتيجة الظروف القاسية التي يعرض لها الحاج (الجهد البدني والزحام الكبير والأحوال الجوية القاسية).



العلامات أو الأعراض التي يجب التنبه لها لطلب المساعدة الطبية فور حدوثها:

- | | | | | |
|---------------------|-------------|------------------------------|--|--|
| إغماء أو شبه إغماء. | خفقان شديد. | ضيق النفس المفاجئ وقت النوم. | ضيق وصعوبة في التنفس خاصة مع المجهود البسيط. | ألم في الصدر لمدة أكثر من خمس دقائق وقد يكون الألم على شكل ألم حاد أو حرارة أو بإحساس ثقل على منطقة الصدر. |
|---------------------|-------------|------------------------------|--|--|



أثناء أداء المناسك

الابتعاد عن أماكن الزحام قدر الإمكان.

تجنب التعرض للانفعالات والمضايقات أثناء الحج.

تجنب التعرض لأشعة الشمس لفترات طويلة.

التوقف عن أي نشاط عند الإحساس ببوادر التعب أو الإجهاد أو آلام الصدر أو ضيق التنفس أو اضطراب ضربات القلب ومراجعة أقرب مركز صحي عند عدم حدوث تحسن بعد أخذ العلاج والراحة.

يجب على المرضى الذين يحتمل تعرضهم لآلام الذبحة الصدرية حمل الأقراص الموسعة للشرايين (النيتروجليسيرين) التي تؤخذ تحت اللسان واستعمالها عند الحاجة.



تزويد طبيب الحملة بالتقرير الطبي وجميع الأدوية التي يتناولها.

أخذ قسط كافٍ من الراحة والنوم.

لبس سوار حول المعصم يوضح عليه اسم الحاج وعمره وطبيعة مرضه ونوعية العلاج المستعمل.

الحرص على عدم بذل أي مجهود بدني شديد واستخدام وسائل أخرى قدر المستطاع مثل الطواف والسعي على كرسي متحرك وتوكيل من ينوب عنه في رمي الجمرات إذا شعر بعدم قدرته على ذلك أو تأدية مناسك الحج التي تحتاج لمجهود بدني كبير أثناء الليل.

الغذاء الصحي المتوازن مع التقليل من استخدام ملح الطعام.

حمل التقرير الطبي والأدوية الخاصة به في كل مكان يذهب إليه خلال فترة الحج.

بعد الانتهاء من المناسك
وعودة الحاج لبلده:

1 يجب الاستمرار في استخدام الأدوية في مواعيدها والعودة للحياة الطبيعية.

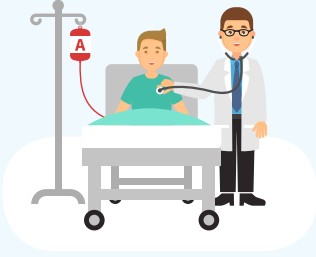
2 زيارة الطبيب المعالج للمتابعة ولاسيما إذا كان هناك أي تغير في الوضع الصحي للحاج أو إذا كان هناك أعراض جديدة أثناء الحج.

المرضى الذين ينصحون بعدم الحج:

المصاب حديثاً
بتسارع خبيث
في ضربات
القلب



المصاب بأمراض
صمامات القلب
من ارتجاع شديد
أو ضيق شديد



المصاب بجلطة
قلبية حديثة
أقل من سنة



المصاب بضعف
شديد في
عضلة القلب

نتمنى لحجاج بيت الله الحرام حجاً مبروراً وذنباً مغفوراً وعوداً حميداً



إعداد: قسم التغذية العلاجية



ksumedicalcity
<http://medicalcity.ksu.edu.sa>

إدارة العلاقات العامة والإتصال | وحدة التثقيف الصحي