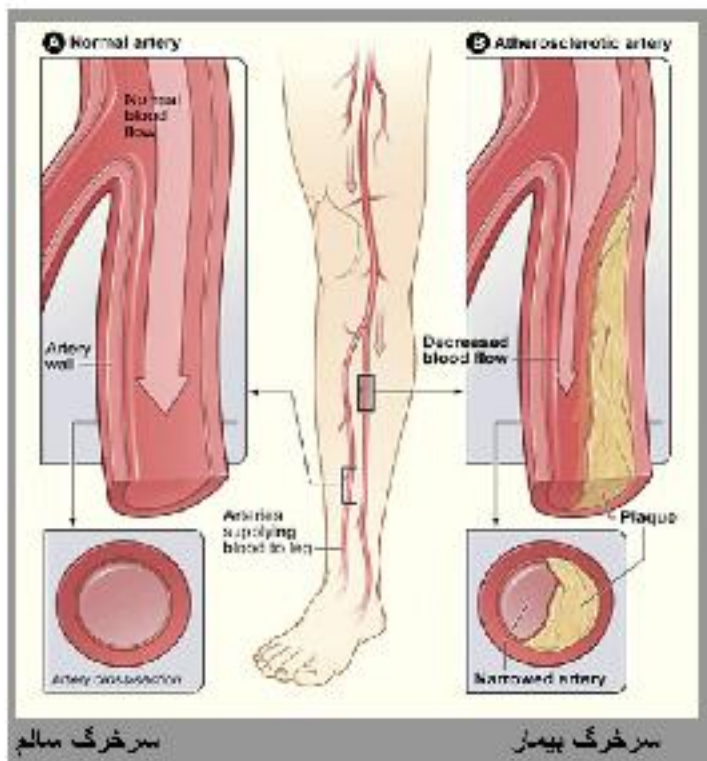
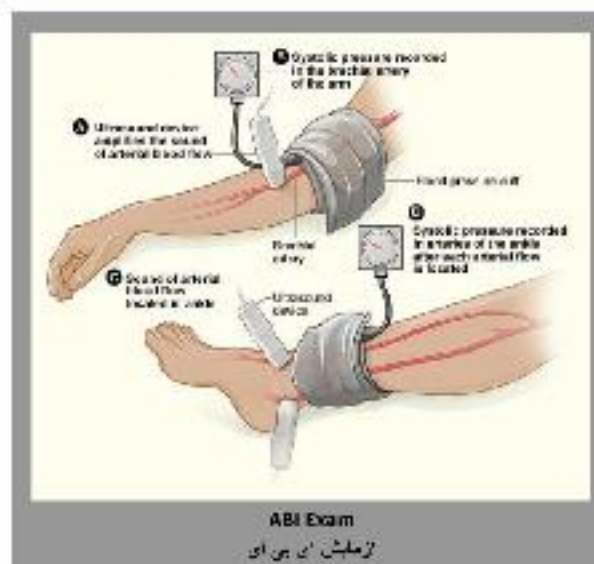


بیماری سرخرگی پیرامونی یا همان P.A.D چیست و چگونه بر روی پای شما تاثیر می گذارد



سرخرگ سالم

سرخرگ بیمار



آزمایش ای بی ای

چه کسانی در ریسک بیشتری هستند؟

- ۱- افراد بالاتر از ۷۰ سال
- ۲- افراد بالاتر از ۵۰ سال که سابقه دیابت و سیگار کشیدن دارند
- ۳- افراد بالاتر از ۵۰ سال که دارای ریسکهای دیگری چون چاقی و فشار خون بالا هستند
- ۴- عوارض دیگری چون حوادث: اشعه، نورم رگها، ولی این عوامل بندرت موجب این بیماری میشوند.

ریسک فاکتورهای این بیماری به ترتیب ذیل میباشد:

- ۱- استفاده از دخانیات
- ۲- دیابت
- ۳- چاقی (BMI بیشتر از ۳۰)
- ۴- فشار خون ۱۴۰/۹۰ یا بالاتر
- ۵- کلسترول بالاتر از ۲۴۰mg/dl
- ۶- بالا رفتن سن (مخصوصاً بالاتر از ۵۰)
- ۷- سابقه خانوادگی در امراض قلبی و امراض عروقی (رگی)
- ۸- بالا بودن پروتئین به نام همو سیستاتین

افراد که دیابت دارند و هم زمان از دخانیات استفاده میکنند در بالاترین ریسک میباشند. باید اینجا بگویم که سردی و بی حسی یا درد و علائم پیشین که گفته شد ممکن است دلایل دیگری هم داشته باشد و بهتر است تحت نظر دکترتان به ریشه آن پی ببرید.

چگونه پی بردن به این بیماری:

پزشکتان با پرسیدن سؤالیهایی همچون چگونگی عوارض این بیماری، شدت و مدت زمان آن، ریسک فاکتورهایی که قبلاً ذکر گردیده و همچنین پی بردن به علائم آن مانند سردی، رنگ پریدگی، سرعت برگشت خون به سطح پوست انگشتان که به آن Capillary Fill Time یا زمان پر شدن مویرگها میگویند میتوانند به این بیماری مظنون شوند و برای پی بردن قطعی آن آزمایشهای زیر را انجام دادند:

Ankle brachial index

در این آزمایش فشار خون در بازو و مچ پای شما به همراه دستگاه داپلر اندازه گیری شده و بهم تقسیم میشوند. عدد بدست آورده را با جدولی مقایسه می کنند تا به شدت بیماری پی ببرند.

آزمایش آلتروسوند (Dopplers Ultrasound)

آنژیوگرافی: در این آزمایش در داخل رگها رنگی تزریق میشود و در زیر دستگاه ایکس ری عکس برداری MRA یا CTA گرفتگی های رگهای شما را پیدا میکنند که بصورت مناطقی باریک شده در رگها پدیدار میگرددند.

دوستان میتوانند تمامی ویدئوهای برنامههای علمی تلویزیونهای مرا در سایت کامپیوتری hollywoodfootclinic.com ببینند

با درود فراوان خدمت هم میهنان گرامی: بار دیگر خوشبختی آن را یافتیم تا چند سخنی در باب مشکلات پا با شما در میان بگذارم، باشد که خدمتی هر چند ناچیز کرده باشم. در مقالات گذشته گذری کردیم از بیماریهای نقرس، دیابت، آرتروز و انواع تورمهای پا. امروز میخواهیم در مورد بیماری PAD یا همان

Peripheral Arterial Disease

که در فارسی می توان به آن بیماری سرخرگی پیرامونی گفت. در این بیماری در سرخرکهای اندامهای پا و دست گرفتگی ایجاد شده که جریان خون را کند و یا در بعضی موارد مسدود میکنند. این بیماری بخصوص در اندامهای پایینی (لگن، ران، زانو، ساق پا، مچ پا، پا، و انگشتان پا) دیده شده که موجب سردی، درد و خستگی در هنگام راه رفتن میگردد. این بیماری میتواند گویای بیماریهای عروقی بزرگتر: جمع شدن چربی در عروق مهم، و کم رسانی خون به اندامهای حیاتی تر مانند قلب و یا مغز باشد. همانند سایر بیماریهای دیگر تشخیص هر چه زودتر آن شانس درمان و کنترل آن را به مراتب بیشتر مسازد. عوارض این بیماری بستگی به پیشرفت آن دارد و شامل سردی انگشتان، درد و خستگی و گرفتگی عضلات مخصوصاً در هنگام راه رفتن میباشد. اگر احساس میکنید که انگشتان سردی مزمن (طولانی) دارد حتی در زمانی که هوا سرد نیست و یا دچار خستگی و درد و گرفتگی در عضلات پا، بخصوص ساق پا میشود پس از کمی راه رفتن و یا از پله بالا رفتن، بهتر است با پزشک خود صحبت کنید.

عوارض این بیماری را میتوان چنین ذکر کرد:

- خستگی، درد و گرفتگی عضلات در ناحیه ساق پا، ران و لگن در هنگام فعالیت
- خواب رفتگی و بی حسی پا
- زخمهایی که در پاها و انگشتان التیام نمی یابد
- رنگ پریدگی پوست پا و ساق پا
- براق شدن پوست پا و ساق پا
- کم شدن رشد ناخنهای پا
- کم شدن یا نبودن ضربان سرخرکهای پا

این عوارض میتواند در یکی از اندام یا بیشتر از دیگری باشد. در موارد پیشرفته این بیماری، درد میتواند در هنگام استراحت، خواب، و در هنگام دراز کشیدن پدیدار گردد و خواب بیمار را مختل نماید که با آویزان کردن پا از کنار تخت و کمی راه رفتن از درد آن کاسته شود.

درمان آن چگونه است:

- استفاده از دارو برای کم کردن چربی و کلسترول، کنترل دیابت و فشار خون، و مانع شدن از انعقاد خون یا استفاده از داروهایی چون آسپرین یا پلاویکس. همچنین استفاده از دارو برای گشاد کردن رگها مانند Pletal و یا با بیشتر کردن انعطاف سلولهای خون که آسانتر از مویرگها عبور کنند مانند trental.

در مواردی که این بیماری پیشرفته باشد یا (جراحی) اعوض کردن رگها (و یا آنژیوپلاستی) استفاده از بالون و توری و یا سیمهای که در انتهای آن مته ای است و گرفتگی چربی را باز میکنند.

چگونه میتوان از خطرات و عوارض این بیماری کاست:

- دخانیات مصرف نکنید
- غذای خود را سالمتر کنید، سیبیجات بیشتر و چربی کمتر
- مراجعه به پزشک و استفاده از داروهای تجویز شده
- ورزشهای مخصوص تحت

نظر پزشکتان

- پرهیز از هوای سرد و گرم نگاهداشتن اندامها
- پرهیز کردن از بعضی داروهای سرماخوردگی که میتواند باعث منقبض شدن رگها شود
- مواظبت و توجه زیاد از پاهایتان
- اجتناب از پا برهنه رفتن
- کفشهای مناسب که تنگ نیستند
- بهداشت و نظافت پاها و انگشتان
- تحت نظر دکتر متخصص پا بودن
- تحت نظر دکتر عروق، داخلی، دیابت و دیگر دکترانی بودن که ریسک فاکتورهای آن را میتوانند کنترل کنند
- برای شما آرزوی بهبودی و تندرستی می کنم
- با سپاس فراوان پاینده ایران

دکتر مجید سیدین، جراح و متخصص پا

دارای فوق تخصص در خدمات ورزشی با پیشینه ترین آنتی ژنهای کلینیکی و جراحی در خدمات شلیت

پای شما قلب دوم شماست



- خدمات شدید با ناسی از تصادفات و شکستگی ها
- برآمدگی و کفی انگشتان پا
- صافی کف پا
- ترمیم رگم های دانه ای، عروقی و نورمی پا
- درد پاشنه و دردهای تاندونی پا
- فرورفتگی و کفی ناخن انگشتان پا
- درمان ناخن های قارچی با استفاده از لیزر
- خشکی پوست، موزش، خارش، بی حسی.
- سردی و داغی مزمن پا
- درمان زگیل، پینه، و میخچه های پا
- کفشیهای دانه ای و نوکتهای طبی
- ترمیم با تعویض مصلل های پا با پیشرفته ترین روشهای علمی

نشانی مطب: جنب رستوران نادری در انسینو

818-654-8360

17777 Ventura Blvd., #252 Encino, CA 91316