

ضعف الدورة الدموية وعواقبه الخطيرة: معلومات أساسية يجب على كل مريض سكري معرفتها

تصلب الشرايين الطمس (أسو) هو مصطلح يستخدم لوصف مرض مزمن بطيء من انسداد (انسداد) الشرايين عن طريق لويحات تصلب الشرايين (تصلب غير طبيعي وسماكة جدار الشريان). يشمل أسو الشرايين الكبيرة والمتوسطة مثل الشريان الحرقفي المشترك في منطقة الحوض ، والشريان الفخذي فوق الركبة والشريان المأبضي ، والشريان الظنبوبي خلف الركبة. كما الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري ، جنبا إلى جنب ، مع مرضى أسو ، وتشارك الشرايين الصغيرة من الجلد والشعيرات الدموية في القدم في اعتلال الأوعية الدقيقة التي تتميز بسماكة جدار الأوعية الدموية. لذلك ، فإن مشاكل الدورة الدموية في القدم المصابة بداء السكري تكون أكثر حدة وشائعة هناك العديد من النظريات التي تصف كيف تؤثر أشكال إصابة تصلب الشرايين على الشرايين ، لكن عوامل الخطر لهذا المرض معروفة جيدا. يعد تدخين السجائر وارتفاع ضغط الدم وارتفاع نسبة الكوليسترول في الدم والسكري من العوامل الرئيسية التي تساهم في ارتفاع مخاطر الإصابة بالأمراض. يمكن أن يؤدي انسداد الشرايين فوق مستوى الحوض (الشرايين الحرقفية الشائعة) إلى العجز الجنسي وبالتالي تقلصات الفخذ والساق أثناء المشي. يعد انسداد الشريان المأبضي (خلف الركبة) والشريان الظنبوبي (في ربة الساق) أكثر شيوعا لدى مريض السكري. يمكن أن تكون عملية الانسداد سريعة أو معتدلة أو بطيئة. عندما تكون العملية بطيئة ، قد تشكل الشرايين الجانبية اتصالا في موقع الانسداد. في هذه الحالة ، قد تكون الأعراض خفيفة أو غائبة تماما.

عندما يكون هناك انسداد سريع ، يكون ذلك عموما بسبب انسداد الشرايين (جلطة دموية صغيرة تطفو في الشريان) مما يعني أنها نتيجة لتصلب الشرايين المتقدم. يمكن أن يكون التطور المفاجئ للغرغرينا نتيجة انسداد الشرايين. إذا كنت تعاني من مشكلة في القلب ، فكلما كنت تعاني من مرض السكري ، ستخفض كمية الدم التي يضخها قلبك إلى الجسم وبالتالي تقل الدورة الدموية في القدم أيضا.

هناك العديد من العلامات والأعراض التي تميز مشاكل الدورة الدموية في القدم السكرية. عندما يتم رفع القدم فوق مستوى القلب ، تتحول أصابع القدم إلى شاحب (الشكل 3-1)



الشكل 4-3



الشكل 3-3

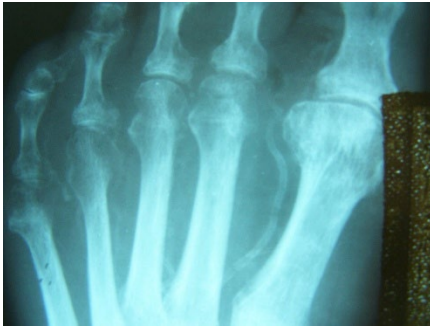


الشكل 2-3



الشكل 1-3

ولكن بمجرد الوقوف ، قد تتحول أصابع القدم إلى اللون الداكن والمزرق (فغ 2-3). هذه العلامة مميزة لمشاكل الشرايين. يمكن أن يكون جلد القدم والساق ناعما ولامعا ورقيقا للورق وتصبح أظافر القدم هشة ومصفرة بسبب نقص الدورة الدموية في أصابع القدم (الشكل 3-3). القدم باردة ورطبة للمس والنبضات في القدم غائبة من حين لآخر ، يمكنك أن تشعر بالنبضات عندما تستريح القدم ، لكنها تختفي أثناء التمرين أو بعده. إذا كانت إحدى القدمين أبرد من الأخرى ، فمن الأهم أن تكون كلتا القدمين باردة. قد يكون تساقط الشعر على أصابع القدم وأعلى القدم وأسفل الساق موجودا. يمكن أن تصبح عضلات الفخذ والساق أصغر بسبب عدم كفاية إمدادات الدم في بعض الحالات ، قد يكون لديك حالة تسمى العرج المتقطع والتي توصف بأنها ألم وتشنج في عضلات الفخذ و / أو الساق بعد المشي لمسافة معينة (الشكل 4-3).



الشكل 7-3



الشكل 6-3



الشكل 5-3

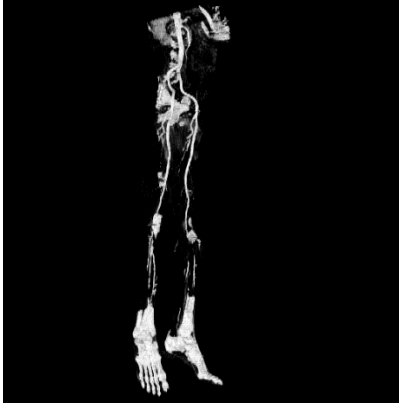
يتم تخفيف الألم والتشنجات تدريجيا عن طريق التوقف عن المشي وتدليك الساق. مع تقدم المرض ، تصبح المسافة التي يمكنك المشي فيها دون تقلصات وألم أقل وأقل. عندما يصل المرض إلى أشد أشكاله ، قد تشعر بالألم في الليل في الأقدام ، أو الفخذ أو رولة الساق. يتم تخفيف هذا الألم عن طريق النهوض من السرير والمشي. هذا يعني أن ساقك مزدحمة بالدم وهذا يزيد من الجاذبية عند الوقوف. في هذه الحالة ، تكون أكثر عرضة للإصابة بالغرغرينا حتى من الحد الأدنى من الصدمة إلى القدم.

في هذه المرحلة المتقدمة من المرض ، قد تصاب بقرحة في القدم ولا يمكن رؤية أي علامات نزيف من القرحة (الشكل 3-5).

وهذا ما يسمى القرحة الإقفارية ويمكن أن تكون مؤلمة للغاية. ومع ذلك ، في مرضى السكري يمكن أن تكون القرحة غير مؤلمة بسبب وجود الاعتلال العصبي.

يمكن لأعراض مرض الشرايين تنبيه أخصائي أقدام متمرس لإجراء اختبارات تشخيصية مناسبة. وقت ملء الشعيرات الدموية مع استلقاء المريض هو اختبار بسيط ولكنه محدد لقياس مدى التروية الشريانية لأصابع القدم. قد يطلب طبيبك في البداية إجراء اختبار بالموجات فوق الصوتية لأطرافك السفلية لأنه اختبار مهم لقياس تدفق الدم. يمكن أخذ هذا القياس مع المريض واقفا وبعد التمرين. يمكن للطبيب المتمرس أن يميز حقا الأنواع المختلفة من الأصوات التي ينتجها مرور تدفق الدم من خلال الموجات فوق الصوتية (الشكل 3-6). يقيس الفحص بالموجات فوق الصوتية أيضا ضغط الدم في الذراع والقدم ، كما أن نصف القطر الذي يوفره له أهمية قصوى لشفاء جرح القدم. لسوء الحظ ، إذا كان هناك متكلس (تصلب) الشرايين في القدم السكري (الشكل 3-7) ، ستقوم الموجات فوق الصوتية بقياس ضغط الدم ولا يمكن استخدامها. في الواقع ، يمكن للقدم السكري أن تخدع حتى الطبيب الأكثر خبرة ، لأن مشاكل الدورة الدموية في القدمين السكري غالبا ما تكون ، خاطئة. قد تكون القدم دافئة ، وقد لا تتحول أصابع القدم إلى شاحب مع ارتفاع القدمين ، وقد لا تزال بها نبضات.

في الوقت الحاضر ، يسمح تصوير الأوعية المتباين للمرء برؤية صورة تجويف الشريان ، وقد اكتسب تصوير الأوعية بالرنين المغناطيسي مؤخرا (الشكل 3-8) شعبية كبيرة بين جراحي الأوعية الدموية. 3-9 دكت (الشكل 3-9) المسح الضوئي مفيد أيضا كأداة تشخيصية.



الشكل 3-8 تصوير الأوعية الدموية بالرنين المغناطيسي الشكل 3-9 تصوير الأوعية بالأشعة المقطعية 3-د

بمجرد تشخيص إصابتك بمرض الشرايين في قدميك ، تحتاج إلى فهم عواقب تقديم هذه المشكلة الكبيرة. معدل بتر القدم لدى مرضى السكري "أعلى بخمسة عشر مرة" منه لدى السكان غير المصابين بالسكري. الآفة الأولية للجلد ، سواء كانت نفاذة أو الكالس ، تحدث في القدم العصبية غير المؤلمة. ومع ذلك ، هناك مشكلة في الدورة الدموية الشريانية تعيق إصابات القدم هذه ، حتى لا تلتئم. ضعف الدورة الدموية يحفز نخر الأنسجة حول الآفة الجلدية. البكتيريا تزدهر في بيئة غنية من الأنسجة الميتة القدم السكري حيث ضعف العرض الشرياني. يمنع انخفاض تدفق الدم إلى القدم وصول المضادات الحيوية وكذلك الخلايا التي تحارب العدوى والتي تسمى الكريات البيض. كما أن انخفاض الأكسجين إلى الموقع المعدي يعزز نمو البكتيريا التي لا تتطلب الأكسجين ، والتي تكون مدمرة للغاية للقدم. الاعتلال العصبي وكذلك الدورة الدموية التالفة والعدوى تجعل مرضى السكري عرضة للغاية لأزمة تؤدي إلى بتر القدم. عليك أن تفهم أن مرض شريان القدم السكري سيقى معك لبقية حياتك. يجب عليك تغيير نمط حياتك الذي يشمل الإقلاع عن التدخين وخفض الكوليسترول وخفض ضغط الدم والإدارة المكثفة لمرض السكري. تصبح التمارين المنتظمة مهمة في حياتك ، حيث ستتشكل الدورة الدموية الجانبية عندما يكون لديك تداول جانبي كاف ، فقد يمنع ذلك العلاج الجراحي أو حتى البتر. أداء التمارين الرياضية يوميا ، والمشي على مسافة حيث تبدأ في الشعور لاصابته بتمزق عضلي في عضلة الساق أو إذا كان لديك ألم ، ثم توقف ، القيام بذلك ثلاث إلى أربع مرات في اليوم. افحص القدمين يوميا بحثا عن عدوى محتملة أو أي جروح. اغسل قدميك يوميا بصابون معتدل في ماء دافئ. فليكن الطبيب أو أخصائي الأقدام الخاص بك الذي يقوم بفحص أطرافك بانتظام ، وكذلك مسامير القدم

الخاصة بك ، والذي يعتني بقدميك ، عندما تحتاج إليها. ارتداء الأحذية المناسبة فقط (الفصل 10). النعال تقويم العظام (الفصل 10) ضرورية بالنسبة لك لارتداء إذا كان لديك الاعتلال العصبي ومشاكل الدورة الدموية. لن تلتئم القرحة الموجودة على نعل القدم ما لم يتم إعادة توزيع وزن القدم بعيدا عن القرحة باستخدام هذا النوع من النعل. هذه النعال الخاصة هي أدوات مهمة في الوقاية من تقرحات القدم في وجود الاعتلال العصبي. يمكن أن تؤثر العدوى الفطرية بشكل خطير على قدمك المتضررة بالفعل ويمكن أن تؤدي إلى عدوى بكتيرية وبالتالي الغرغرينا. عليك أن تتذكر أن الالتهابات الصغيرة؛ مثل أظافر نام (و 3-10)، يمكن أن تتطور إلى قرحة، تصبح غرغرينا وسوف تتطلب بتر (تين. 3-11).



الشكل 10-3 الشكل 11-3

هناك إجراءات جراحية يمكن أن تكون مفيدة للأشخاص الذين يعانون من مرض انسداد الشرايين الحاد. إذا كنت تعاني من ألم في القدم عند الراحة ، أو تقرحات في القدم لا تلتئم ، أو غرغرينا صريحة ، أو غرغرينا وشيكة ، يمكنك مناقشة إمكانية الجراحة مع طبيبك. هناك عمليات جراحية يمكن أن تمنع بتر الساق بشكل كبير. يمكن لجراحي الأوعية الدموية إعادة توعية القدم أو الساق بشكل فعال بحيث يكون مستوى موقع البتر أكثر محدودية. عليك أن تكون واقعيًا وأنه لا يمكن لأي شخص أن يكون مرشحًا لجراحة ترميمية الأوعية الدموية. يمكن لجراح الأوعية الدموية تحديد ما إذا كنت مرشحًا للجراحة التي يتم إجراؤها بواسطة مخطط الشرايين. في حالة انسداد الشرايين الصغيرة للقدم ، يمكن الإشارة إلى بتر إصبع واحد أو عدة أصابع. في انسداد الشرايين الكبيرة كما هو الحال في آسو ، سيكون من المستحيل تجنب الجراحة ، إذا تم البتر تحت الركبة (الشكل 12) سيكون أفضل ، مما لو تم إجراؤه فوق الركبة (الشكل 13) ، لأن الخطر سيكون أقل وستكون إعادة التأهيل أسهل.



الشكل 12-3 الشكل 13-3

من المهم للغاية التعرف على العلامات المبكرة لمشاكل الدورة الدموية في قدميك ، وموافقتك على التماس العناية الطبية وتغيير نمط حياتك ستمنعك من أن تكون مجرد مريض آخر ضمن الإحصائيات.

اختبر نفسك

(ر و) صحيحة أو خاطئة

1. مشاكل الدورة الدموية في القدم أكثر شيوعا وشدة لدى مرضى السكر من غير مرضى السكر.
2. الأشخاص الذين يعانون من مرض السكري الذين يدخلون السجائر ، وارتفاع ضغط الدم وارتفاع مستوى الكوليسترول في الدم هم أكثر عرضة لمضاعفات القدم وبتر الأطراف.
3. يجب أن يصف العرج المتقطع الانسداد المفاجئ للأوعية الدموية في الساق لدى مرضى السكر.
4. ، تتطور قرحة القدم السكرية عندما تكون هناك مشكلة في الدورة الدموية ، ولكن طالما لا يوجد ألم من قرحة القدم ، فهي ليست مصدر قلق.
5. ، عندما تعاني من تقلصات أو ألم في ربلة الساق أو الفخذ أو الأرداف ، ولكنك تشعر بالارتياح عن طريق المشي ، يجب أن تخبر طبيبك على الفور.
6. إذا كانت القدم باردة ورطبة وأصابع القدم مزرقّة / داكنة ؛ قد تكون معرضا لخطر الإصابة بقرحة القدم العفوية .والعدوى.
7. إذا كان لديك نبضات ضعيفة في قدميك والشعر على أصابع قدميك التي تختفي تدريجيا ، قد يكون لديك مشكلة .الدورة الدموية.
8. إذا كنت تعاني من مشكلة في الدورة الدموية في القدمين والساقين ، فأنت بحاجة إلى أحذية واقية وتقويم العظام .المناسب في الأحذية لمنع تهيج الجلد.
9. يجب أن تزيد جراحة مجازة الدم في الساق من تدفق الدم إلى القدم.