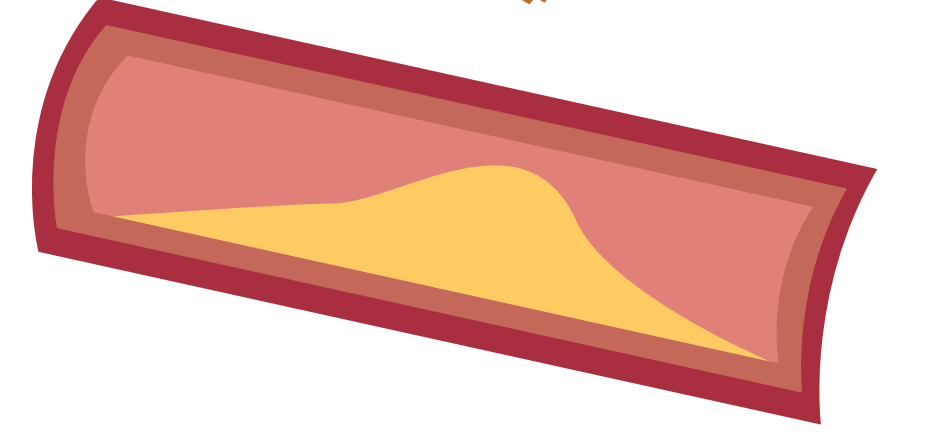


ماذا يعني
**توسّع
الشريان
التاجي؟**

توسّع
الشريان التاجي عبارة
عن تضيق في الشرايين
التاجية التي تمد القلب بالدم
والأكسجين.



يمكن أن يؤدي
إلى ألم الصدر،
ونوبة قلبية،
وفشل قلبي
ومشكلات في
نظم القلب.

إنه النوع
الأكثر شيوعاً
من أمراض القلب.

فهو يقتل
+370,000
شخص سنوياً.

اعرف العلامات

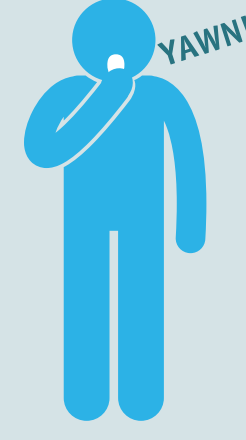


وكذلك
النوبة
القلبية

الغثيان/التقيؤ



ألم الصدر



التعب



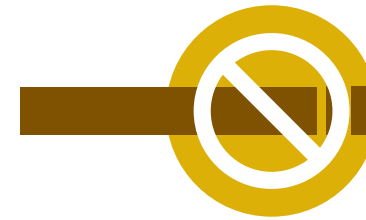
ضيق في
التنفس

كيف تعالجها

كيف تقي نفسك منها



تغيرات نمط الحياة



لا تدخن

الأدوية لعلاج
ارتفاع الكوليسترول،
ضغط الدم المرتفع



الحفاظ على السكري
(إذا كنت مصاباً به) تحت السيطرة

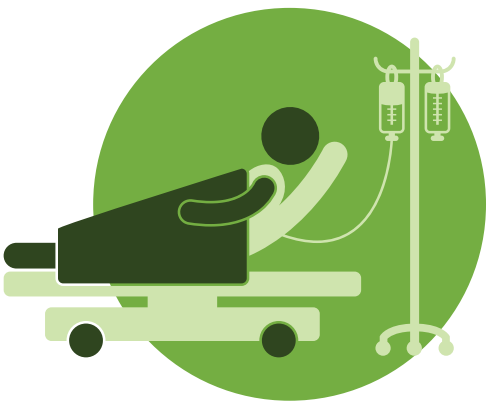


إدارة التوتر

تبني خطة تناول
طعام صحية للقلب



التمرّن
بانتظام

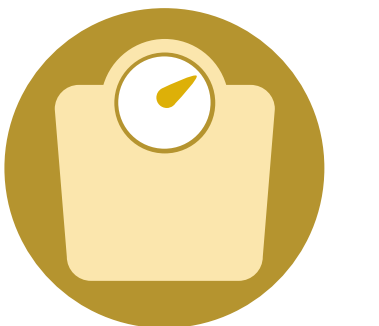


الإجراءات/الجراحات
مثل رأب الوعاء أو
جراحة مجازة تاجية

اعرف
أرقامك



الحفاظ على
وزن جسم صحي



لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة CardioSmart.org/CAD

@ACCinTouch #CardioSmart