

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு (AFib அல்லது AF)

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு (AFib அல்லது AF) மிகச் சாதாரண நீடித்த இதயத் துடிப்பு ஒத்திசைவு குறைப்பாடாகும்

இது சுமார் 2.7 மில்லியன் அமெரிக்கர்களைப் பாதிக்கிறது. இருதயத்தில் ஒரு மின் அமைப்புமுறை இருக்கிறது. இந்த மின் அமைப்புமுறை இருதய அறைகளுக்குச் சமிக்கைகளை அனுப்பி, அவை எப்போது சுருங்க (பிசைவு) அல்லது விரிய வேண்டும் என்பதைச் சுட்டிக்காட்டும். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு (AFib) ஒழுங்கற்ற மின் சமிக்கைகளால் ஏற்படுகிறது. இதனால் இதயத்தின் மேல்புற அறைகள் (ஊற்றறை) முழுவதுமாகச் சுருங்குவதற்குப் பதில் அதிரும். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு உள்ள ஒருவருக்கு, ஊற்றறை ஒரு நிமிடத்திற்கு 300 முறை வரை துடிக்கும், அதாவது, இயல்பானதை விட நான்கு மடங்கு அதிகமாகும். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிக்கும்போது ஊற்றறையில் இரத்தம் தேங்கக்கூடும், இதனால், இரத்தம் உறைவு ஏற்படும். அந்த இரத்த உறைவு ஊற்றறையிலிருந்து இடம்பெயர்ந்து, பக்கவாதத்தை ஏற்படுத்தக்கூடும்.

மேலும் பக்கவாதம் ஏற்படுத்துவதோடு, இந்த இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு இதயச் செயலிழப்பையும் மற்ற நிலைகளையும் ஏற்படுத்தும், இதனால், நோயாளிக்குச் சோர்வு, தலைச்சுற்றல், மூச்சுத்திணறல் ஆகியவை ஏற்படும். இருதய

ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு அதிகரிக்கும் தன்மைவாய்ந்தது அதாவது, இதற்குச் சிகிச்சை அளிக்காவிட்டால், அது மோசமடையக்கூடும் என்று அர்த்தமாகும். இது ஒரு முறை ஏற்பட்டால் அதன் பிறகு இது அடிக்கடி ஏற்படத் துவங்கும் மற்றும் நீண்ட நேரத்திற்கு நீடிக்கும். உங்களுக்கு இந்த இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பின் அறிகுறிகள் இருந்தால் நீங்கள் ஒரு மருத்துவரைச் சென்று பார்க்க வேண்டும், ஏனென்றால் இது அதிக நேரம் நீடிக்கத் துவங்கினால், அதைக் குணப்படுத்துவது மிகவும் கடினமான ஒன்றாகிவிடும்.

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பின் அபாயக் காரணிகள்

நல்ல ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைமுறையைப் பின்பற்றுபவர்களுக்கும், வேறு எந்தவிதமான மருத்துவப் பிரச்சனைகளும் இல்லாதவர்களுக்கும் கூட இருதய ஊற்றறை உதறல் ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. இதனுடைய மிகப் பொதுவான அபாயக் காரணிகளில், பின்வருவன அடங்கும்:

- வயது 60க்கு மேல் இருப்பது
- உயர் இரத்த அழுத்தம்
- இருதய இரத்தத் தமனி நோய்

- இருதயச் செயலிழப்பு
- இருதய “வால்வு” நோய்
- சிகிச்சை அளிக்கப்படாத ஊற்றறை படப்படப்பு (மற்றொரு வகை அசாதாரணமான இதயத் துடிப்பு ஒத்திசைவு)
- தூக்கத்தில் மூச்சுத்திணறல்
- தைராய்டு நோய்
- நீரிழிவு நோய்
- நாட்பட்ட நுரையீரல் நோய்
- மிதமிஞ்சிய மதுபானம் அல்லது ஊக்கிப் பயன்பாடு
- கடுமையான நோய் அல்லது நோய்த்தொற்று

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பின் அறிகுறிகள்

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு உள்ள பலர், அதன் அறிகுறிகளை எதையும் உணருவதில்லை. மற்றவர்களுக்கு அது முதல் முறை ஏற்பட்ட உடனேயே தெரியும். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பின் அறிகுறிகள் ஒவ்வொருவருக்கு ஒருவர் இடைய வேறுபடும். அது, ஒருவரின் வயதைச் சாந்திருக்கும், இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு ஏற்பட்டதற்கான காரணம், (இதய பிரச்சனைகள் அல்லது மற்ற நோய்கள்) மற்றும் இருதய

உங்களுக்குத் தெரியுமா?

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு இல்லாதவர்களை விட இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு இருப்பவர்களுக்குப் பக்கவாதம் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்து நான்கு மடங்கு அதிகம். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு சுமார் 2.7 அமெரிக்கர்களைப் பாதித்திருக்கிறது.

ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு எவ்வளவு தூரம் இதயத்தின் உந்துத் திறனைப் பாதிக்கிறது போன்றவற்றைச் சார்ந்திருக்கிறது. அதன் அறிகுறிகளில் பின்வருவன அடங்கும்:

- மிக அதிகமாக சோர்வாக உணர்வது அல்லது மிகக் குறைவான சக்தி அல்லது சக்தியே இல்லாதது போல் உணர்வது (மிகப் பொதுவானது)
- வழக்கத்தை விட வேகமாக அல்லது ஒழுங்கற்ற இருதயத் துடிப்பு (வேகம் மற்றும் மெதுவாக இரண்டுக்கும் இடையே மாறி மாறி)
- மூச்சுத் திணறல்
- இருதயப் படப்பட்ப்பு (உங்கள் இதயம் வேகமாக துடிப்பது, அடிப்பது அல்லது படப்பட்ப்பது போல் உங்களுக்குத் தோன்றும்)
- ஒவ்வொரு நாளும் உடற்பயிற்சி அல்லது மற்ற நடவடிக்கைகள் செய்வதில் பிரச்சனை
- நெஞ்சில் வலி, அழுத்தம், இறுக்கம் அல்லது அசௌகரியம்
- தலைச்சுற்றல், மயக்கம் அல்லது மயக்கமடைதல்
- அதிகமாகச் சிறுநீர் கழிப்பது (அடிக்கடி கழிவறையைப் பயன்படுத்துதல்)

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பைக் கண்டுபிடித்தல் மற்றும் சிகிச்சை அளித்தல்

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு “எலக்ட்ரோ-கார்டியோகிராம்” (EKG) என்னும் சாதனத்தைப் பயன்படுத்திக் கண்டுபிடிக்கப்படுகிறது. இப்பரிசோதனை மருத்துவர் ஒருவரால் செய்யப்படும். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பை நீண்ட நாட்களுக்குக் கண்காணிப்பதற்காக நோயாளி அணிந்திருக்கும் மொபைல் சாதனங்கள் கொண்டும் கண்டுபிடிக்கலாம். இதில் “ஹோல்டர்” (Hoiter) கண்காணிப்புச் சாதனங்களும் மற்றும் நிகழ்வு பதிவுச் செய்யும் சாதனமும் உள்ளது. நோயாளிகள் “ஹோல்டர்” கண்காணிப்புச் சாதனத்தை ஒன்று முதல் ஏழு நாட்கள் வரை அணிந்திடலாம், மற்றும் நிகழ்வை பதிவுச் செய்யும் சாதனத்தைச் சில வாரங்களுக்கு அணிந்திடலாம். இந்தச் சாதனங்கள் இருதயத் துடிப்பின் ஒத்திசைவைப் பகல், இரவு என எல்லா நேரமும் பதிவுச் செய்திடும். இது இருதயம் வெவ்வேறு நடவடிக்கையின் போது எவ்வாறு துடிக்கிறது மற்றும் ஓய்வின் போது எப்படி துடிக்கிறது என்பது குறித்தத் துல்லியமான விவரத்தைக் காட்டிடும். இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு இருப்பதை மருத்துவர் கண்டுபிடித்தப் பிறகு முறையான சிகிச்சையைக் ஆரம்பித்துவிடலாம்.

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்புக்குப் பலவிதமான மருந்துகளைக் கொண்டு சிகிச்சையளித்திடலாம். சில நோயாளிகளுக்குக்

“கார்டியோவர்டீன்” செய்வது அவசியமாகிறது. இதில் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட அதிர்ச்சி மூலம் இருதயத் துடிப்பு அதன் வழக்கமான (“சைனஸ்”) சந்தத்திற்குக் கொண்டு வரப்படும். “கத்தீட்டர்” நீக்கம் என்பது இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்புக்கான மற்றுமொரு சிகிச்சை முறையாகும். இது மருந்துகள் கொண்டு சிகிச்சையளிக்க முடியாத இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு நோயாளிகளுக்குப் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இந்த கத்தீட்டர் நீக்கத்தில் ஒரு வகையான சக்தி கொண்டு பிரச்சனை ஏற்படுத்தும் திசு செயலிழக்க செய்யப்படுகிறது.

இருதய ஊற்றறை உதறல் துடிப்பு இருதயத்தில் இரத்த உறைவு ஏற்படுத்தக்கூடும், மற்றும் அதனால் பக்கவாதம் ஏற்படக்கூடும் ஆகையால், மருத்துவர்கள் இரத்த நீர்ப்பியை (உறைவெதிர்ப்பிகள்) அவர்களுக்குப் பரிந்துரைக்கிறார்கள். அதன் மூலம் இரத்த உறைவு ஏற்படுவதைத் தடுத்திட முடியும். மருத்துவர்களால் நோயாளிகளின் வயது, மற்ற மருத்துவ நிலைகள் (இருதயச் செயலிழப்பு, உயர் இரத்த அழுத்தம் மற்றும் நீரிழிவு நோய் போன்றவை) ஆகியவற்றின் அடிப்படையில் பக்கவாதம் ஏற்படக்கூடிய ஆபத்தைக் கணக்கிட்டு, அவர்களுக்கான அபாயத்தைக் குறித்து ஆலோசனை வழங்க முடியும். மேலும் உறைவெதிர்ப்பிகள் உட்கொள்வதன் அபாயங்கள் மற்றும் பயன்கள் குறித்தும் ஆலோசனை வழங்க முடியும்.