

ડૉ. અનિશ ચંદારાણા

એમ.ડી., ડી.એમ. (કાર્ડિયોલોજી)

ઇન્ટરવેન્શનલ કાર્ડિયોલોજીસ્ટ

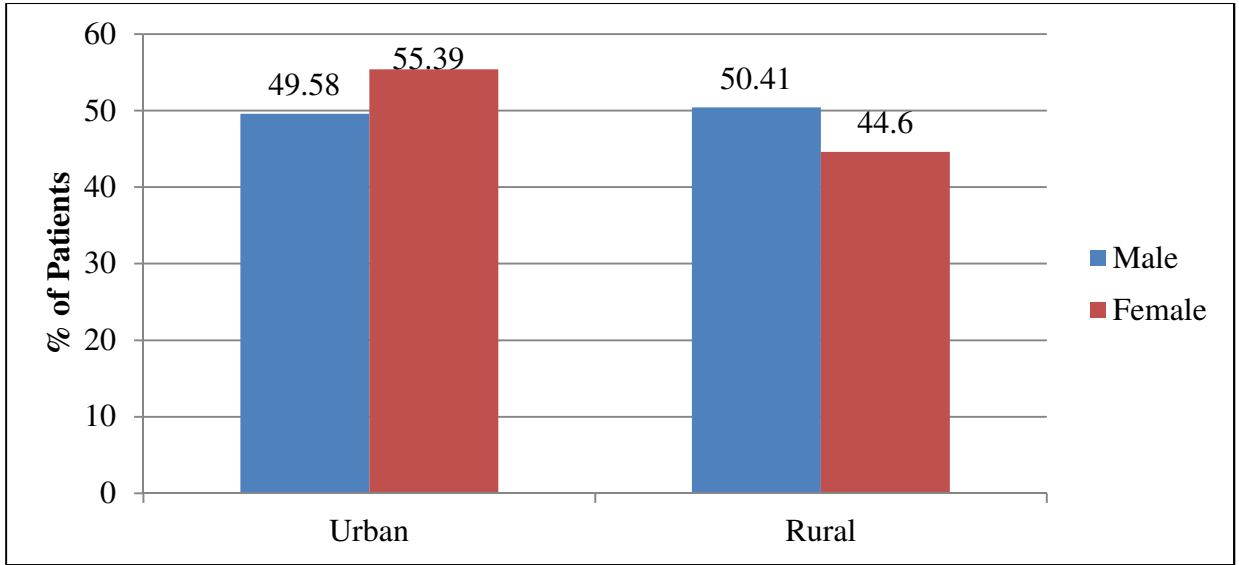
મોબાઇલ : +૯૧-૯૮૨૫૦ ૯૬૯૨૨

ઇમેલ : anish.chandarana@cims.me

મહિલાઓમાં કોરોનરી આર્ટરી રોગ

મહિલાઓમાં કોરોનરી આર્ટરી રોગ (CAD) અંગે અનેક ગેરસમજણ પ્રવર્તે છે. CAD અને હાર્ટ એટેક મોટે ભાગે પુરુષોમાં જ જોવા મળતા હોવાની ખોટી માન્યતા છે. હકીકતમાં, CAD પુરુષો જેટલો જ મહિલાઓ ને અસર કરે છે.

પુરુષો અને મહિલાઓમાં CADનું પ્રમાણ

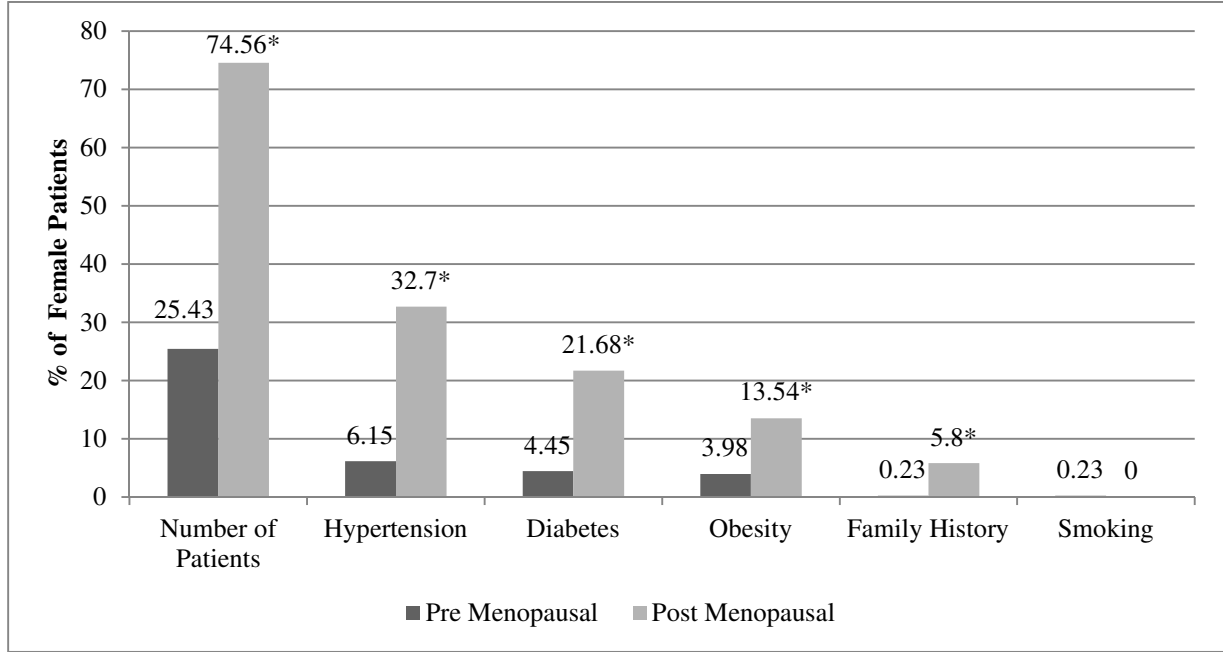


જો કે CADને કારણે મહિલાઓ જીવનના ઓછાં વર્ષ ગુમાવે છે કારણકે પુરુષોની સરખામણીએ મહિલાઓમાં આ રોગ ૭-૧૦ વર્ષ મોડો દેખા દે છે.એ સારું છે કે મેનોપોઝ અગાઉ મહિલાઓમાં CADનું પ્રચલન ઓછું હોય છે, પણ મેનોપોઝ બાદ મહિલાઓમાં તેનું જોખમ વધે છે. CAD મેનોપોઝ પછી મહિલાઓમાં મરણ અને અપંગતા આવવા માટેનું એક મહત્વનું કારણ છે.હકીકતમાં, એક ૫૦ વર્ષીય મહિલામાં CAD થવાનું જોખમ ૪૬ ટકા અને તેને લીધે મરણનું જોખમ ૩૧ ટકા છે.પરંતુ, ઘણી મહિલાઓ તેમના આરોગ્ય સામે CADએ ઉભા કરેલાં જોખમને નજર અંદાજ કરે છે અને ઘણી મહિલાઓ આ રોગને અટકાવવા તેઓ શું કરી શકે છે તે અંગે અજાણ હોય છે.સમગ્રતયા મહિલાઓમાં એનાટોમિકલ CADનું પ્રમાણ ઓછું હોય છે પણ લક્ષણો, ઈઝકેમિયા અને પ્રતિકૂળ પરિણામો વધુ હોય છે.

જોખમી પરિબલો કયા છે?

મેનોપોઝ પછી જોખમી પરિબલોનો સરવાળો સામાન્ય છે , ખાસ કરીને, મેદસ્વીતા, હાઈપર ટેન્શન અને અસામાન્ય કોલેસ્ટેરોલ સ્તરનું સંયોજન.

પરિવર્તનશીલ	બિનપરિવર્તનશીલ
લોહીનું ઉંચું દબાણ	પારિવારિક ઇતિહાસ
અસામાન્ય કોલેસ્ટેરોલ સ્તર	વય
ડાયાબિટિસ	જાતિ
ધૂમ્રપાન	
મેદસ્વીતા	
બેઠાણુ જીવન	



લક્ષણો કયા છે?

મહિલાઓમાં હૃદયરોગ સાથે સાંકળી શકાય એવાં લક્ષણો ઓછાં જોવા મળે છે.મહિલાઓમાં કોરોનરી આર્ટરી રોગના અને હાર્ટ એટેકના લક્ષણો પુરુષો કરતાં અલગ હોઈ શકે છે.મહિલાઓ હાર્ટ એટેકના લક્ષણો ઓળખીને સારવાર લે તેવું પણ ઓછું બને છે.મહિલાઓમાં હૃદયરોગના સૌથી સામાન્ય લક્ષણો છે-

- છાતી પર દર્દ અથવા દબાવ ,જે હાથ અને જડબાં સુધી પહોંચે
- છાતી અથવા પેટના ઉપરના ભાગે બળતરા
- હાંફ ચડવી, અનિયમિત ધબકારા, ચક્કર, પરસેવો, થાક અને ઉબકા આવવા

સરેરાશ જોવા જઈએ તો, મહિલાઓમાં પુરુષોની સરખામણીએ હૃદયરોગના લક્ષણો ૧૦ વર્ષ મોડાં જોવા મળે છે. પુરુષો કરતાં મહિલાઓમાં હાર્ટ એટેક ૧૦ વર્ષ પછી આવે છે.

કોરોનરી આર્ટરી રોગ- મહિલાઓ માટે શું અલગ છે ?

રજૂઆત

- વયસ્ક મહિલાઓ
- મહિલાઓમાં છાતીમાં થતો લાક્ષણિક દુખાવો કોરોનરી આર્ટરી રોગની આગાહી નથી કરતો. (પુરુષોમાં ૮૦થી ૯૯ ટકાની સામે મહિલાઓમાં પૂર્વ પરિક્ષણ સંભાવના ૫૦થી ૬૦ ટકા છે.)
- મહિલાઓ ખભા અથવા જડબાના દુખાવા, ડિસ્પનિયા અથવા ઉબકાની ફરિયાદ સાથે આવે છે.

જોખમી પરિબલો

- મહિલાઓમાં ડાયાબિટીસ ઘેરી અસર કરે છે.
- કોરોનરી આર્ટરી રોગનું જોખમ ઓછું કરતું એચડીએલ કોલેસ્ટેરોલનું ઉંચું સ્તર મહિલાઓમાં સામાન્યપણે વધુ હોય છે.
- મેનોપોઝ પછી કોરોનરી આર્ટરી રોગનું જોખમ વધે છે.

પૂર્વ નિદાન

- મહિલાઓ નું પ્રથમ માયોકાર્ડિયલ ઇન્ફાર્ક્શનથી મૃત્યુ નીપજે તેવી વધુ સંભાવના છે.
- મહિલાઓને વધુ લાંબા ગાળાની અપંગતા આવી શકે છે.
- મહિલાઓ વધુ અસ્વસ્થ હોય છે. (કારણકે સામાન્યપણે રજૂઆત સમયે તેઓ વયસ્ક હોય છે.)

સહાયક સારવાર

- મહિલાઓ એન્જિયોપ્લાસ્ટી અથવા બાયપાસ સર્જરી કરાવે તેવી સંભાવના ઓછી છે.
- ઓછી મહિલાઓ કાર્ડિયાક રિહેબિલિટેશન મેળવે છે.
- ઓછી મહિલાઓ એસ્પીરીન, બીટા બ્લોકર્સ અથવા એન્જિયોટેનસીન સાથેની એન્ઝાઇમ ઇનહિબિટર્સને રૂપાંતરિત કરતી સારવાર મેળવે છે.

મહિલાઓ CADથી સુરક્ષિત છે તેવી ગેરમાન્યતાને કારણે મહિલાઓમાં હૃદયરોગ અને સ્ટ્રોકના જોખમને હંમેશા અવગણવામાં આવે છે. મહિલાઓમા CADની ક્લીનિકલી રજૂઆતમાં ચોક્કસ ભિન્નતા અપૂરતા નિદાન અને સારવાર હસ્તક્ષેપ તરફ દોરી જાય છે. મહિલાઓમાં તેમના કાર્ડિયોવાસ્ક્યુલર જોખમી પરિબલો અને લક્ષણો ને પારખવા અંગેની સ્વ-જાગૃતિ રોગના વહેલા નિદાનમાં મદદ કરે છે.

કોરોનરી આર્ટરી રોગને રોકવા મહિલાઓ શું કરી શકે ?

તંદુરસ્ત જીવનશૈલી હૃદયરોગને રોકવામાં મદદ કરી શકે છે. અને તે હૃદયરોગનું જોખમ વધારતી અન્ય સમસ્યાઓ, જેવી કે લોહીનું ઉંચું દબાણ, વધુ કોલેસ્ટેરોલ અને ડાયાબિટિસ ને નિયંત્રણ હેઠળ રાખવામાં મદદ કરી શકે છે.

- ધૂમ્રપાન છોડી દેવું
- નિયમિત કસરત
- વજન પર નિયંત્રણ
- હૃદયને સ્વસ્થ રાખતો આહાર

સારવાર માટેના પ્રાપ્ય વિકલ્પો કયા છે ?

- એન્ટી એન્જાઇનલ/એન્ટીસ્કેમિક થેરપી લક્ષણો અને જીવનની ગુણવત્તા સુધારી શકે છે.
- રોગની ગંભીરતાને આધારે કોરોનરી ઇન્ટરવેન્શન હાથ ધરાય છે.

પ્રાપ્ય સારવાર વિકલ્પો અંગે ૨૦૧૧માં ૧૦,૪૫૦ ભારતીય દર્દીઓ પર હાથ ધરાયેલા એક સર્વેમાં જાણવા મળ્યું કે CABG અને PCI જેવાં સારવાર વિકલ્પો ઉપલબ્ધ હોવા છતાં મહિલાઓ કરતાં પુરુષોમાં તેનો વ્યાપક ઉપયોગ થાય છે. મહિલાઓના કિસ્સાઓમાં, સહાયકારક/ગૂંચવાડાભર્યા પરિબળોને ધ્યાનમાં લીધા સિવાય મેડિકલ થેરપી એક માત્ર પસંદગીપાત્ર વિકલ્પ જણાયો છે . મહિલાઓના આરોગ્ય પ્રત્યે ટીલી સામાજિક કટિબદ્ધતાનું આ પ્રતિબિંબ હોઈ શકે છે.

