

الدليل الإرشادي لتقييم وإدارة اختطار الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية في الرعاية الصحية الأولية



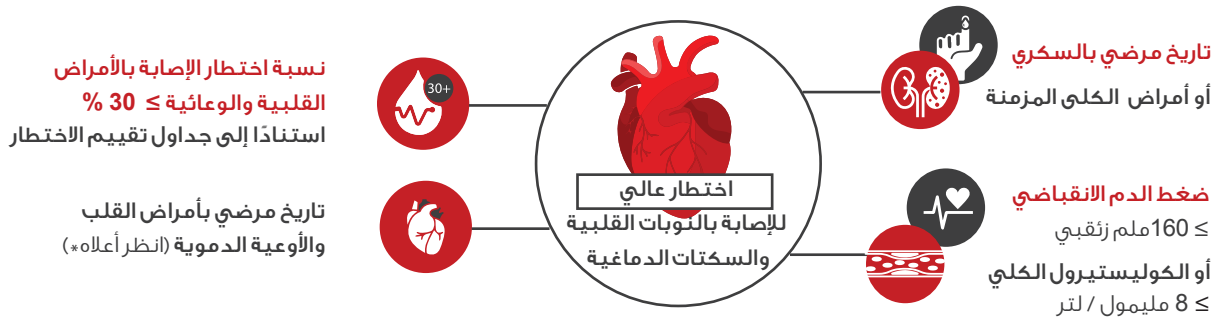
وزارة الصحة الأردنية

استنادًا إلى بروتوكولات HEARTS العالمية لمنظمة الصحة العالمية والتي تمت مواءمتها مع السياق الأردني بالتعاون مع منظمة الصحة العالمية ومنظمة الرعاية الأولية الدولية

كانون الأول 2020

تخص هذه الإرشادات الوقائية الأولية من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. ولا ينطبق هذا الدليل على المرضى الذين يعانون من أمراض القلب والأوعية الدموية المعروفة* (بما في ذلك الذبحة القلبية، تاريخ من السكتات القلبية، السكتة الدماغية، أو علامات النوبة الإقفارية العابرة TIA أو أمراض الشرايين الطرفية) و يجب أن يتم تحويلهم إلى الرعاية الصحية الثانوية لبدء الوقاية الثانوية. قدم توصيات حول أسلوب الحياة للوقاية من الأمراض القلبية الوعائية لجميع المرضى بغض النظر عن المخاطر.

الشكل 1. رسم تخطيطي لتقييم وإدارة اختطار الإصابة بالأمراض القلبية والوعائية (بروتوكولات منظمة الصحة العالمية HEARTS (2018/ 2016)



1. من الذي يجب تقييم اختطار الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية لديه في الرعاية الصحية الأولية؟

جميع البالغين < 40 سنة أو من كانت لديه عوامل تزيد من خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وتشمل عوامل الخطر ما يلي:



لقد تم تطوير هذه الإرشادات من خلال تعاون لجنة من الخبراء المحليين في وزارة الصحة، ومنظمة الصحة العالمية، وخبراء من منظمة الرعاية الأولية الدولية. تم الاتفاق بين الخبراء بالاجماع على إرشادات تقييم مخاطر القلب والأوعية الدموية، وعلاج ارتفاع ضغط الدم والسكري، مسترشدين ببروتوكولات منظمة الصحة العالمية والإرشادات الدولية المستندة الى الدليل العلمي الخاصة بعلاج ارتفاع ضغط الدم والسكري (المعهد الوطني للتميز في الرعاية الصحية NICE والكلية الأمريكية لأمراض القلب ACC والجمعية الأوروبية لأمراض القلب ESC والجمعية الأمريكية للسكري ADA)، مع التأكد من تحقيق نهج عملي ضمن اطار الرعاية الصحية الأولية بما يتناسب مع البيئة الأردنية.

2. كيفية تقييم مخاطر الأمراض القلبية الوعائية في الرعاية الأولية؟

- « استخدم جداول تقييم الاخطار للاصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المرفقة أدناه للبالغين الذين تتراوح أعمارهم بين 40-74 عامًا. ابدأ باستخدام الجداول التي تستند الي التحاليل المخبرية (كخيار أول) (إذا كان فحص الكوليسترول/سكر الدم متاحًا)، وإلا استخدم الجداول التي لا تستند للتحاليل المخبرية- إذا كانت التحليل المخبرية غير متوفرة.
- « قم بتجهيز المعلومات التالية لتحديد الجدول الصحيح لتقييم الاخطار:
- العمر، والجنس، وحالة التدخين، وضغط الدم الانقباضي، مرض السكري ومستوى الكوليسترول الكلي في الدم إذا كان متوفرًا، (إذا لم يكن متوفرًا فمؤشر كتلة الجسم)، ثم ابحث عن الخلية في الجدول التي يتقاطع فيها ضغط الدم مع الكوليسترول (أو مؤشر كتلة الجسم).
- « يشير لون الخلية إلى اخطار الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية المميته أو غير المميته خلال 10 سنوات. القيمة داخل الخلية هي للاخطار و الذي يتم التعبير عنه كنسبة مئوية.
- تحذير:** الجداول المستخدمة تقلل من نسبة الاخطار في أولئك الذين يعانون من: تاريخ عائلي من أمراض القلب والأوعية الدموية المبكرة (> 55 سنة في الرجال، و > 65 سنة في النساء)، ارتفاع مستويات الدهون الثلاثية، أمراض الكلى المزمنة، الأمراض الالتهابية على سبيل المثال التهاب المفاصل الروماتويدي.

3. لجميع المرضى الذين لديهم نسبة اخطار للاصابة بالأمراض القلبية الوعائية = 10 - > 30 %



إذا كانت نسبة الاخطار للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية > 10% قم بتقديم المشورة حول نمط الحياة الصحي وأعد التقييم كل 3 سنوات، إذا كانت النسبة 10 - > 30% قم بتقديم المشورة عن نمط الحياة الصحي واعد التقييم كل 6-12 شهرًا، أو قبل ذلك إذا اقتضت الحاجة.



إذا ارتفع سكر دم الصيامي ≤ 126 ملغ/ديسيلتر (≤ 7 مليمول / لتر)، أو سكر الدم العشوائي ≤ 200 ملغ/ديسيلتر (≤ 11.1 مليمول/لتر)، ارجع إلى الارشادات السريرية لعلاج السكري.



إذا كان ضغط الدم $\leq 130/85$ ملم زئبقي، ارجع إلى الارشادات السريرية لعلاج ارتفاع ضغط الدم. إن السيطرة على ضغط الدم تقلل من خطر الإصابة بالأمراض القلبية الوعائية.



قم بتقديم المشورة بشكل مكثف عن نمط الحياة الصحي للتوقف عن التدخين، (بما في ذلك الأرجيلة). يعتبر هذا أكثر فعالية من الدواء. انصح بتجنب الكحول، وتحسين النظام الغذائي، وزيادة النشاط البدني والتحكم بالوزن - حوّل المريض إلى أخصائي توعية صحية /تغذية إذا كان متوفرًا.

4. لجميع المرضى الذين لديهم اخطار عالي للأمراض القلبية الوعائية (انظر الشكل 1) أو نسبة اخطار للإصابة بالأمراض القلبية الوعائية ≤ 30 %

- « قم بتقديم المشورة بشكل مكثف عن أسلوب الحياة الصحي على النحو المبين أعلاه.
- « إذا كان ضغط الدم $\leq 130/85$ ملم زئبقي، ارجع إلى الارشادات السريرية لعلاج ارتفاع ضغط الدم. إن السيطرة على ضغط الدم تقلل من خطر الإصابة بالأمراض القلبية الوعائية .
- « إذا ارتفع سكر دم الصيامي ≤ 126 ملغ/ديسيلتر (≤ 7 مليمول/ لتر)، أو سكر الدم العشوائي ≤ 200 ملغ/ديسيلتر (≤ 11.1 مليمول/لتر)، ارجع إلى الارشادات السريرية لعلاج السكري.
- « حوّل المريض إلى طيب عام أو أخصائي طب الأسرة لتقييم وصف أدوية خفض الكوليسترول (الستاتين Statins). تحقق من صحة وظائف الكبد قبل بدء العلاج بالستاتينات وكذلك بعد 3 أشهر.
- « إذا بدأت العلاج الدوائي، قم بالمتابعة كل 3 أشهر. إذا لم يكن هناك انخفاض في نسبة الاخطار للاصابة بالأمراض القلبية الوعائية بعد 6-12 شهرًا، يرجى التحويل لمستوى الرعاية التالي. إذا تم تحقيق هدف العلاج قم بالمتابعة سنويًا. قم بالتحويل لمختص إذا كان الكوليسترول الكلي ≤ 8 مليمول/لتر (320 ملغ/ديسيلتر).
- « من الاساسي متابعة ضغط الدم والسكري. استمر بتقديم المشورة المكثفة حول نمط الحياة الصحي.

إخلاء المسؤولية: لقد تم بذل كل الجهد الممكن لضمان دقة وصحة المعلومات أعلاه حتى تاريخ النشر، ولكن لا ينبغي أن تحل هذه الارشادات محل الحكم السريري الجيد للطبيب على الحالة أو أن تعتبر بديلا عن أخذ المشورة المهنية. يجب التحقق على وجه الخصوص من جرعات الأدوية، والآثار الجانبية والتدخلات الدوائية سواء مع الشركة الدوائية المصنعة أو الجهات الوطنية ذات الصلة.

المراجع: بروتوكولات منظمة الصحة العالمية "HEARTS 2016/2020" والتي تمت مواضعها مع السياق الأردني، و مجموعة عمل جداول تقييم الاخطار للاصابة بالأمراض القلبية الوعائية التابعة لمنظمة الصحة العالمية. جداول منظمة الصحة العالمية لتقييم الاخطار للإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. نماذج منقحة لتقدير المخاطر في 21 منطقة عالمية. لانسييت جلوب هيلث. 2019 "3-3013 (19) S2214-109X (10) 7:doi/ 10.1016: e1332-e1345.

جداول تصنيف الاخطار للاصابة بالأمراض القلبية الوعائية (المستندة على التحاليل المخبرية)

شمال افريقيا والشرق الأوسط

مستوى الخطر ■ %5 > ■ %10 > - %5 ■ %20 > - %10 ■ %30 > - %20 ■ %30 ≤

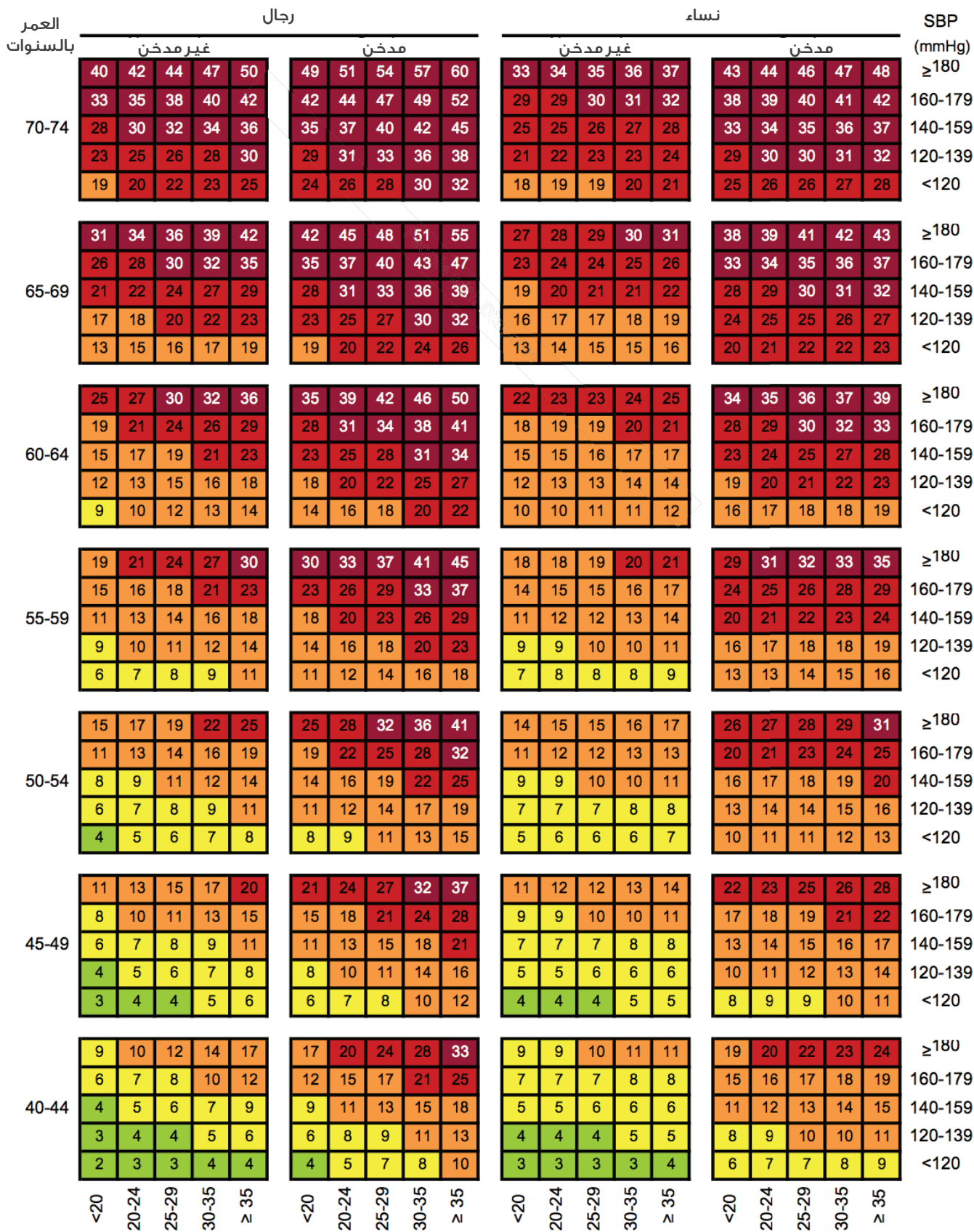
العمر بالسنوات	الأشخاص غير المصابين بالسكري				مرضى السكري			
	رجال		نساء		رجال		نساء	
	غير مدخن	مدخن	غير مدخن	مدخن	غير مدخن	مدخن	غير مدخن	مدخن
70-74	37 40 43 46 50	45 48 52 56 60	29 31 32 33 34	39 40 41 43 45	41 42 44 45 47	52 54 55 57 59	36 37 39 40 42	46 48 50 51 53
65-69	29 32 35 38 42	38 41 45 49 54	23 25 26 27 29	33 35 36 38 40	35 36 38 40 42	48 50 52 54 56	27 28 30 31 33	31 33 34 35 37
60-64	23 25 28 31 35	32 35 39 43 48	19 20 21 22 23	28 30 32 34 36	29 31 33 35 37	43 46 48 51 53	23 24 26 28 30	27 29 30 32 35
55-59	18 20 22 25 29	27 30 34 38 42	15 16 17 18 19	24 26 28 30 32	25 26 28 30 32	40 42 45 47 51	19 21 22 24 26	23 25 27 29 31
50-54	14 16 18 20 23	21 24 27 30 35	12 13 14 15 16	20 21 23 25 27	20 22 23 25 27	33 36 38 41 43	14 15 16 18 19	17 18 19 21 23
45-49	11 12 14 16 18	16 19 21 24 28	10 10 11 12 13	16 18 19 20 22	17 18 19 21 23	28 30 32 34 37	11 12 13 14 15	14 15 16 17 19
40-44	8 9 11 12 14	13 15 17 19 22	8 8 9 10 11	13 14 16 17 18	14 15 16 17 19	23 25 27 29 31	9 9 10 11 13	11 12 13 14 15
	6 7 8 10 11	10 11 13 15 18	6 7 7 8 9	11 12 13 14 15	11 12 14 16 19	19 21 22 24 26	7 7 8 10 12	9 9 10 11 13
	4 5 6 7 8	22 25 29 33 37	5 5 5 6 7	9 9 10 11 13	24 27 30 34 39	36 38 41 44 48	3 4 4 5 6	9 9 10 11 13
	11 12 14 16 19	19 21 24 28 33	9 10 11 12 13	20 22 24 26 28	37 42 47 52 58	42 46 51 56 62	17 19 21 23 25	21 22 24 26 28
	8 9 10 12 14	14 16 18 22 25	7 8 8 9 10	17 18 19 21 23	29 33 38 43 48	34 38 42 47 53	14 15 16 18 20	17 18 20 21 23
	6 7 8 9 11	13 15 17 20 24	5 6 7 7 8	14 16 18 21 25	23 26 30 34 40	27 30 34 39 44	11 12 13 14 16	13 15 16 17 19
	4 5 6 7 8	10 11 13 16 18	6 6 7 7 8	11 12 14 16 19	18 20 23 27 32	18 20 23 27 32	8 9 10 11 13	11 12 13 14 15
	3 4 4 5 6	6 7 8 10 12	3 4 4 4 5	8 9 11 13 15	13 16 18 21 25	13 16 18 21 25	7 7 8 9 10	9 9 10 11 13
	8 9 11 13 15	15 18 20 24 28	7 8 8 9 10	17 19 22 25 30	30 34 39 44 51	33 38 42 48 55	15 16 18 19 21	15 16 18 19 21
	6 7 8 9 11	11 13 15 18 22	5 6 6 7 8	12 14 16 19 22	22 26 30 35 41	26 29 33 38 44	11 12 14 15 17	11 12 14 15 17
	4 5 6 7 8	8 9 11 14 16	4 4 5 6 6	9 10 12 14 17	16 19 22 27 32	19 22 26 30 36	9 10 11 12 13	9 10 11 12 13
	3 4 4 5 6	6 7 8 10 12	3 3 4 4 5	6 7 8 9 10 11	12 14 17 20 25	15 17 20 24 28	7 7 8 9 10	7 7 8 9 10
	2 3 3 4 5	4 5 6 8 9	2 3 3 3 4	5 5 6 8 10	9 10 13 15 19	11 13 15 18 22	5 6 6 7 8	5 6 6 7 8

WHO CVD Risk Chart Working Group. World Health Organization cardiovascular disease risk charts: revised models to estimate risk in 21 global regions. Lancet Glob Health. 2019;7(10):e1332-e1345. doi:10.1016/S2214-109X(19)30318-3.

جداول تصنيف الاخطار للاصابة بالأمراض القلبية الوعائية (غير المستندة على التحاليل المخبرية)

شمال افريقيا والشرق الأوسط

مستوى الخطر %5 > %10 > - %5 %20 > - %10 %30 > - %20 %30 ≤



مؤشر كتلة الجسم (كجم / م²)