



اریتھمیا (Arrhythmias)

اریتھمیا، یا دل کی غیر معمولی تال، عام طور پر اس کا مطلب ہے کہ آپ کا دل بہت تیز، بہت سست یا بے قاعدگی سے دھڑک رہا ہے۔

اس صفحے پر

- اریتھمیا کی وضاحت کی گئی ہے
- اریتھمیا کی علامات
- طبی مدد کب حاصل کی جائے
- اریتھمیا کی وجوہات
- اریتھمیا کی تشخیص
- اریتھمیا کا علاج
- اریتھمیا کے ساتھ رہنا

اریتھمیا کی وضاحت کی گئی ہے

اریتھمیا ایک غیر معمولی دل کی تال ہے۔ آپ کا دل ایک کنڈکشن سسٹم (ترسیلی نظام) کے ذریعے کنٹرول کیا جاتا ہے جو برقی محرکات بھیجتا ہے۔ یہ دل کی دھڑکن کا سبب بنتا ہے۔

اریتھمیا اس ترسیل کے نظام میں ایک مسئلے کی وجہ سے ہوتا ہے، جو آپ کے دل کی دھڑکن کو بہت آہستہ، بہت جلدی، یا بے قاعدہ طریقے سے دھڑکنے کا سبب بن سکتا ہے۔

اریتھمیا کی مختلف قسمیں ہیں، سب سے زیادہ عام ہیں:

- ایٹریل فیبریلیشن سب سے عام بے قاعدہ، اکثر تیز دل کی تال ہے۔
- سپرا وینٹریکولر ٹکی کارڈیا (Supraventricular tachycardia (SVT) ایک بہت تیز دل کی تال ہے۔ SVT کی مختلف اقسام ہیں۔ زیادہ تر کی وجہ برقی محرکات ہیں جو دل کے اوپری چیمبرز سے دل کے نیچے کے چیمبرز تک عام طور پر سفر نہیں کرتے ہیں۔
- دل کا پھڑپھڑانا عام طور پر ایک تیز دل کی تال ہے جہاں دل کے اوپری چیمبرز نچلے چیمبرز کے مقابلے میں بہت تیز رفتار سے سکڑتے ہیں۔ اس کی وجہ سے اوپر والے چیمبرز بہت تیزی سے دھڑکتے ہیں، بعض اوقات 300 دھڑکن فی منٹ (bpm) تک۔
- ٹکی بریڈی سنڈروم (بیمار سائنس سنڈروم) بہت تیز یا سست دل کی دھڑکنوں کا سبب بنتا ہے۔
- دل کا بلاک ہونا دل کے اوپر اور نیچے کے چیمبرز کے درمیان ترسیل کے نظام میں تاخیر یا رکاوٹ کی وجہ سے ہوتا ہے جو دل کی دھڑکن کو سست کر سکتا ہے۔

کیا آپ کی دل کی دھڑکن تیز ہے یا سست؟

سائنس ٹکی کارڈیا اس وقت ہوتا ہے جب آپ کا دل باقاعدہ طریقے سے اور 100 bpm سے تیز دھڑکتا ہے۔

سائنس بریڈی کارڈیا اس وقت ہوتا ہے جب آپ کا دل معمول کے مطابق اور 60 bpm یا اس سے کم دھڑکتا ہے۔

اگر آپ کو سائنس ٹکی کارڈیا یا سائنس بریڈی کارڈیا ہے تو اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کے دل میں کچھ گڑبڑ ہے اور ہو سکتا ہے آپ کو علاج کی ضرورت نہ ہو۔ کبھی کبھی اس کی وجہ کسی اساسی حالت ہو سکتی ہے جس کے علاج کی ضرورت ہو، اس لئے آپ کا ڈاکٹر آپ کو مزید ٹیسٹ کروانے کے لئے بھیج سکتا ہے تاکہ مزید معلومات حاصل کی جا سکیں۔

اریتھمیا کی علامات

آپ کی علامات کا انحصار اس بات پر ہے کہ آپ کو کس قسم کی اریتھمیا ہے۔ سب سے عام علامات میں شامل ہیں:

- دھڑکن (آپ کے سینے میں دھڑکن یا پھڑپھڑانے کا احساس)
- چکر آنا
- ایسا لگنا ہے جیسے آپ بیہوش ہو جائیں گے۔
- سائنس کی تکلیف
- سینے کی تکلیف
- تھکاوٹ محسوس کرنا

طبی مدد کب حاصل کی جائے

آپ کو اپنے GP سے اپنی علامات کے بارے میں بات کرنی چاہئے اگر:

- آپ کی دھڑکن زیادہ دیر تک چلتی ہے، نہ بہتر ہوتی ہے اور نہ ہی خراب ہوتی ہے
- آپ کو دل کے مسائل کی تاریخ ہے
- آپ دھڑکن کے بارے میں فکر مند ہیں۔

آپ کو ایمبولینس کے لیے 999 ڈائل کرنا چاہیے اگر:

- دھڑکن کے ساتھ، آپ کو سائنس لینے میں تکلیف، سینے میں درد یا بیہوش یا چکر آنا لگتا ہے۔

اریتھمیا کی وجوہات

کچھ بنیادی صحت کے مسائل جو اریتھمیا کا سبب بن سکتے ہیں وہ ہیں:

- دل کا دورہ
- دل بند ہو جانا
- کارڈیو مایوپیتھی
- کورونری دل کے مرض۔

دل کی کچھ غیر معمولی تالیں موروثی صحت کے مسائل کی وجہ سے ہو سکتی ہیں، جیسے لانگ QT سنڈروم، پروگاڈا سنڈروم (Long QT syndrome)، کیٹیکولامینرجک پولیمورفک وینٹریکلر ٹیکی کارڈیا (Catecholaminergic polymorphic ventricular tachycardia) (CPVT) اور پروگریسو کارڈیک کنڈکشن ڈیفیکٹ (Progressive cardiac conduction defect) (PCCD)

اگر آپ کے لیے یہ معاملہ ہے، تو آپ کا ڈاکٹر آپ سے خاندان کے افراد کے ٹیسٹ کروانے کے بارے میں بات کرے گا۔ اگرچہ یہ پریشان کن ہو سکتا ہے، لیکن اس سے انہیں یہ جاننے میں مدد مل سکتی ہے کہ انہیں ابھی علاج کی ضرورت ہے یا مستقبل میں۔

اریتھمیا کے دیگر عام محرکات میں شامل ہیں:

- وائرل بیماریاں

- تفریحی منشیات
- شراب
- تمباکو نوشی
- کیفین
- ادویات (ڈاکٹری نسخے کے بغیر خریدی جانے والی اور ڈاکٹری نسخے کے مطابق تجویز کردہ)۔

اریتھمیا کی تشخیص کرنا

آپ کا GP آپ کو ٹیسٹ کے لیے بھیج سکتا ہے بشمول:

- ایک ECG
 - ایک ایکو کارڈیوگرام
 - ایک الیکٹرو فزیولوجیکل (EP) مطالعہ۔
- ایک ECG میں مختلف ٹیسٹ شامل ہو سکتے ہیں جیسے 24hr ECG، ورزش ECG، اور ایک امپلانٹیبیل لوپ ریکارڈر۔

اریتھمیا کا علاج

آپ کا علاج آپ کی اریتھمیا کی قسم پر منحصر ہوگا۔ عام علاج میں شامل ہیں:

- ادویات
- کارڈیوورژن
- کیتھیٹر ابلیشن
- ایک امپلانٹیبیل کارڈیوورٹر ڈیفبریلیٹر (ICD) (implantable cardioverter defibrillator) یا پیس میکر ڈالنا۔

اریتھمیا کے ساتھ زندگی گزارنا

زیادہ تر اریتھمیا قابل انتظام ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ صحیح علاج کے ساتھ آپ اسی طرح زندگی گزار سکتے ہیں جیسا کہ آپ کی تشخیص سے پہلے تھے۔

دل کی غیر معمولی تال کے ساتھ زندگی گزارنا آپ اور آپ کے خاندان کے لیے جذباتی طور پر مشکل ہو سکتا ہے۔ اضطراب اور پریشانی کا انتظام کرنا اور ضرورت پڑنے پر اپنے GP یا پیاروں سے تعاون حاصل کرنا ضروری ہے۔

آپ کو عملی معاملات کے بارے میں سوچنا پڑ سکتا ہے جیسے ٹرائیونگ، چھٹی پر جانا اور اریتھمیا کی تشخیص کے بعد کام پر واپس جانا۔

اگر آپ کی گاڑی چلانے کی صلاحیت متاثر ہوتی ہے، تو آپ کو اپنی انشورنس کمپنی اور DVLA کو بتانا چاہیے۔ آپ کا GP مشورہ دے سکتا ہے کہ آیا آپ کو ایسا کرنے کی ضرورت ہے یا نہیں۔

اگر آپ کی ملازمت میں پیشہ ورانہ صحت کا شعبہ ہے، تو ان سے بات کریں اگر آپ کو لگتا ہے کہ آپ کے کام کے کردار کو آپ کے مطابق بہتر بنانے کے لیے تبدیل کرنا پڑے گا۔

آپ ہماری صحت کی معلومات پر بھروسہ کر سکتے ہیں

یہ یقینی بنانے کے لیے کہ یہ مواد قابل اعتماد، درست اور قابل بھروسہ ہے، ہم نے آٹھ قدمی عمل کی پیروی کی ہے۔



bhf.org.uk

© برٹش ہارٹ فاؤنڈیشن 2024، England اور Wales (225971) میں اور Scotland (SC039426) میں رجسٹرڈ خیراتی ادارہ

اس ترجمہ کو رائل میل نے برٹش ہارٹ فاؤنڈیشن کے اشتراک سے تعاون کیا ہے۔