

بتمويك من

FGZ
Kärnten

Frauengesundheitszentrum
مركز لحماية صحة المرأة FGZ Kärnten

© Gabriela - Fotolia.com

عرفت بذلك متأخرًا؟ (!)

امراض القلب لدى النساء

الهاتف : 53055 - 04242
www.fgz-kaernten.at

Frauengesundheitszentrum Kärnten GmbH
Völkendorfer Straße 23, 9500 Villach

هل تعلمين...؟ انه تظهر لدى النساء اعراض جسدية مختلفة عن تلك التي تظهر لدى الرجال لدى اصابتهم بأمراض القلب التاجية؟...وانه لا تظهر لدى النساء الأعراض المرضية المعروفة غالبا لدى الرجال مثل الآم الصدر؟...وان الشعور بالغثيان، آلام المعدة، الشعور غير عادي بالتعب وآلام في الظهر لدى النساء يمكن ان تشير الى النوبات القلبية لدى النساء؟...وان النساء يذهبن الى المستشفى متأخرات، لأنهن لا يحسنن بالأعراض الجسدية المهددة للحياة؟...ان اعراض النوبات القلبية في المستشفيات معروفة بشكل اقل، نظرا لأن الأعراض الدالة على ذلك يتم التعرف عليها متأخرا مقارنة مع الرجال؟...وان امراض القلب والدورة الدموية لدى النساء هي من اسباب الوفاة الرئيسية لدى النساء في «كيرنتن»؟...وان تشخيص الاشارات الدالة على ذلك مبكرا يمكن ان تنقذ حياتكم؟...وان النساء في استطاعتهم فعل شيء لخفض خطر المرض؟...وان التغذية المتوازنة والمحافظة على وزن طبيعي تخفض خطر تطوّر امراض القلب والدورة الدموية؟...وان الحركة المنتظمة والمعتدلة تقوّي القلب؟...وان الضغوط النفسية والتوتر على وجه الخصوص «يمكن ان تؤثر على القلب» لدى النساء؟...وان النساء يذهبن في الحقيقة الى الطبيب/الطبيبة اكثر، ولكن غالبا كمرافقات لأفراد عائلاتهن وليس من اجل انفسهن؟

انتبهي لنفسك ولقلبك واستفيدي من المعلومات المساعدة حول ما يتعلق بصحة القلب لدى النساء!

لتبيّن عوامل الخطر على القلب والدورة الدموية يمكن اجراء فحص وقائي سنويا على حساب التأمين الاجتماعي!

لصحة قلوبكن يقدم المركز الصحة النسائي في «كيرنتن»:

- محاضرات
- مواد اعلامية
- كتب
- مساعدة خاصة بالنساء لمعرفة كيفية التصرف
- اساسيات لاتخاذ قرارات من ذات انفسكن
- يمكنكن الوصول اليها خلال اوقات الدوام المكتبي:
- الاثنين، الثلاثاء، الخميس والجمعة من الساعة 9:00 وحتى 13:00
- الأربعاء: من الساعة 15:00 وحتى 18:30
- مزيد من المعلومات حول المحاضرات والنشاطات تجدونها على موقع الانترنت التالي: www.fgz-kaernten.at

تمّ الإنجاز تحت رعاية :