

## النشاط البدني وحالة وزن الجسم فيما يتعلق بأمراض القلب الإقفارية.

حميده سليم زاده، حسن افتخار، ابراهيم قادري، مجتبى سالاري فر.

### الملخص:

#### الخلفية:

إن الأمراض القلبية الوعائية، وخصوصاً أمراض القلب الإقفارية، مسؤولة عن أكثر من 40% من الوفيات في جمهورية إيران الإسلامية؛ وكما هو الحال في النصف الغربي من الكره الأرضية، يمثل الخمول البدني العامل الأكثر شيوعاً للإصابة بأمراض القلبية الوعائية. تمثل هدف هذا البحث في تعريف الارتباط بين مناسب النشاط البدني (مناسب العمل، والترويح، والرياضة)، وقياسات وزن الجسم وبين خطر الإصابة بأمراض القلب الإقفارية في طهران، إيران.

#### المرضى وطرق البحث:

أجريت دراسة الحالات والشواهد هذه ما بين عامي 2003 و 2004 في مركز طهران لأمراض القلب ومستشفى رجائي بطهران. تضمنت الدراسة عينة من 100 مرضى بأمراض القلب الإقفارية (الحالات)، وعمل 100 من الأشخاص الأصحاء كشواهد. تمت مقابلة الشواهد بمرضى أمراض القلب الإقفارية حسب العمر ( $\pm 5$  سنوات)، والجنس. تم تسجيل المعلومات المتعلقة بالنشاط الطبيعي بواسطة استبيان "بيكي". وكذلك تم تسجيل بعض عوامل الاختطار المهمة مثل فرط ضغط الدم، وفرط دهون الدم، والداء السكري، ومنسوب كثافة الجسم. تم تحليل جميع البيانات إحصائياً بواسطة برنامج SPSS. إن جميع قيم الاحتمال (P) المبلغ عنها مستندة على تحليل ذي وجهين وتمت مقارنتها بمستوى الاعتداد 5%.

#### النتائج:

كان لدى المرضى مناسب أقل بشكل ملحوظ بالنسبة للعمل والرياضة والأنشطة البدنية الترويحية ( $P < 0.001$ ). أظهر تحليل منسوب كثافة الجسم وجود ارتباط معندي بين السمنة وخطر الإصابة بأمراض القلب الإقفارية ( $P=0.01$ ). كان هناك ارتباط سلبي معندي بين منسوب كثافة الجسم ومناسب الأنشطة البدنية الترويحية: فكلما ازداد مناسب كثافة الجسم، انخفض احتمال المشاركة في الأنشطة البدنية الترويحية. بعد إجراء تحليل متعدد المتغيرات، وجد أن الأنشطة البدنية الترويحية (LTPA) تمتلك تأثيراً وقائياً مستقلاً ضد خطر الإصابة بأمراض القلب الإقفارية، وكذلك كان الحال في مجموعة الحالات. زادت السمنة خطر الإصابة بأمراض القلب الإقفارية بأكثر من أربعة أضعاف تقريراً مقارنة بالأشخاص الطبيعيين.

#### الاستنتاج:

للنشاط البدني تأثير مفيد على خطر الإصابة بأمراض القلب الإقفارية وعلى عوامل الاختطار المرتبطة للإصابة بأمراض القلب الإقفارية.

#### الكلمات الدليلية:

أمراض القلب الإقفارية، نمط الحياة، الأنشطة البدنية الترويحية، الأمراض القلبية الوعائية، السمنة.

\* المراسلة: جامعة كردستان للعلوم الطبية، سننداج، إيران. E-mail: salimzadeh54@yahoo.com

الترجمة: د. ايهاب عبد الرحيم.