سكار ستوريز · رفقة في الطريق

نسبة القذف — الرقم الذي يتداوله الجميع

نسبة القذف لقطة لقوة ضخ قلبك — رقم مفيد واحد، لكنه بعيد عن الصورة كاملة.

فهم التشخيص

> محتوى تثقيفي.

نسبة القذف (ejection fraction) هي النسبة المئوية للدم الذي يدفعه البطين الأيسر — حجرة الضخ الرئيسية — خارجها مع كل نبضة.

إذا حملت الحجرة، مثلاً، ١٠٠ وحدة قبل النبضة ودفعت ٦٠ منها، فالنسبة ٦٠٪. في معظم القلوب السليمة يتراوح الرقم بين الخمسينات والسبعينات. وهو الرقم الذي يتداوله الجميع لأنه بسيط — لكن الأرقام البسيطة تدعو إلى أخطاء بسيطة، ونسبة القذف تُساء فهمها في الاتجاهين: أناس بنسبة طبيعية لديهم مشاكل قلب خطيرة، وأناس بنسبة منخفضة أمامهم حياة طويلة جيدة.

كيف تبدو النطاقات عادة

الفرق تصف نسبة القذف بشكل تقريبي، والحدود ليست قوانين طبيعة. معظم الفرق تصف تقريباً:

نطاق نسبة القذف	الوصف بكلام بسيط
٥٠٪ وما فوق	ضمن النطاق المعتاد — المضخة تعصر بشكل طبيعي. انتبه: «مضخة طبيعية» لا تعني «لا مشكلة قلب».
٤٠–٤٩٪	انخفاض طفيف — المضخة أضعف قليلاً؛ غالباً بلا أعراض في الراحة.
٣٠–٣٩٪	انخفاض متوسط — يستحق عادة علاجاً نشطاً ومتابعة قريبة.
أقل من ٣٠٪	انخفاض شديد — المضخة ضعيفة بوضوح؛ وهنا يكون العلاج مهماً والمساعدة متاحة أكثر من أي وقت.

تحفظان. أولاً: الرقم يعتمد على الأداة — الصدى والرنين المغناطيسي والفحص النووي قد يعطون قراءات مختلفة قليلاً للقلب نفسه، فالفرق بنقطتين بين فحصين غالباً ضجيج قياس لا تغيير حقيقي. ثانياً: فريقك يقرأه في سياق أعراضك — نسبة القذف نفسها قد تُحس بشكل مختلف تماماً بين شخصين.

ماذا يعني الرقم المنخفض للناس الحقيقيين

نسبة القذف المنخفضة تعني أن المضخة أضعف من المعتاد، والجسم يلاحظ: ضيق النفس والإرهاق وتورم الكاحلين — هؤلاء رفاقها الكلاسيكيون. الخبر الجيد أن المضخة الضعيفة من أكثر المشاكل دراسة في الطب كله. توجد أدوية، وعند الاقتضاء أجهزة، تساعد القلب الضعيف على العمل بشكل أفضل وتحميه — ونسبة القذف يمكن أن تتحسن مع العلاج بمرور الوقت. الرقم المنخفض اليوم خط بداية، وليس خط نهاية.

ماذا لا يخبرك الرقم الطبيعي

النسبة الطبيعية لا تعني أن قلبك «بخير». العصر قد يكون طبيعياً بينما العضلة متصلبة أو الصمامات تتسرب أو الإيقاع مضطرب أو الأنابيب ضيقة. نسبة القذف فصل واحد من كتاب طويل — ومعظم الفرق تعالج الكتاب كله.

ماذا تسأل فريقك؟

- ما نسبة القذف (EF) لديّ، وكيف قِيست؟
- ماذا يعني رقمي في سياق أعراضي؟
- هل سنعيد القياس — ومتى؟
- إذا كانت منخفضة، كيف تبدو خطة العلاج، وكيف سنعرف أنها فعّالة؟

> **خذها إلى فريقك**
>
> اطلب الرقم مكتوباً، مع التاريخ والفحص الذي صدر عنه. تتبع نسبة القذف عبر الوقت أنفع من أي قراءة واحدة — ستتمكن من مقارنة المتشابه بالمتشابه.

> **اطلب المساعدة فوراً إذا**
>
> أصابك ضيق نفس مفاجئ أو متزايد، أو تورم في الكاحلين أو البطن، أو ألم في الصدر، أو أغميت أو أوشكت على الإغماء. هذه تستحق مكالمة لفريقك في اليوم نفسه — أو مساعدة طارئة إذا جاءت بسرعة.

نسبة القذف رقم مفيد، وليست هويتك. دع فريقك يقرأها إلى جانب أعراضك وفحوصك الأخرى وحياتك — وتُتخذ القرارات معك لا عليك.

أسئلة آخذها إلى فريقي

- ☐ ما نسبة القذف (EF) لديّ، وكيف قِيست؟
- ☐ ماذا يعني رقمي في سياق أعراضي؟
- ☐ هل سنعيد القياس — ومتى؟
- ☐ إذا كانت منخفضة، كيف تبدو خطة العلاج، وكيف سنعرف أنها فعّالة؟

للنقاش والرجوع الشخصي. الأولوية لتعليمات فريقك المعالج المناسبة لحالتك. في الطوارئ اتصل بالطوارئ المحلية ولا تنتظر رد المجتمع.