

الأعراض الصحية التي لا يجب تجاهلها

معظم الأوجاع والآلام لا تدل على شيء خطير غالبا، ولكن يجب التحقق من بعض الأعراض. راجع الطبيب إذا كنت تشعر بأي من هذه الأمور:

ضعف في ذراعيك وساقيك:

إذا كنت تعاني من ضعف أو تخدير في ذراعك، ساقك، أو وجهك، يمكن أن تكون علامة للسكتة الدماغية، خاصة إذا كان ذلك على جانب واحد من جسمك.

يمكن أيضا أن تعاني من السكتة الدماغية إذا كنت لا تستطيع الحفاظ على توازن جسمك، تشعر بالدوار، أو لديك صعوبة في المشي.

احصل على مساعدة بسرعة إذا كنت فجأة لا تتمكن من الرؤية جيدا، تشعر بصداع مؤلم، تعاني من الارتباك، أو لديك مشاكل في التحدث أو الفهم.

ألم في الصدر:

يجب التحقق من أي ألم في صدرك، يرافقه بشكل خاص التعرق، الضغط، ضيق في التنفس، أو الغثيان. إذهب إلى أخصائي طبي على الفور.

ألم في الصدر أو ضغط يمكن أن يكون علامة تدل على أمراض القلب أو نوبة قلبية، خاصة إذا كنت تشعر بذلك أثناء صنع المجهود أو أثناء النشاطات. ألم في الصدر يمكن أيضا أن يدل على مشاكل أخرى غير في قلبك.

ألم في الجزء الخلفي من الساق السفلى:

هذا يمكن أن يكون أحد أعراض تجلط الدم في ساقك. انه يسمى تخثر الأوردة العميقة. يمكن أن يحدث بعد الجلوس لفترة طويلة، مثل أثناء ركوب طائرة لمدة طويلة، أو إذا كنت مريضا وقد نمت في السرير وقتا طويلا.

إذا كانت جلطة دموية، قد تشعر بالألم في الغالب عند الوقوف أو المشي. قد تلاحظ أيضا تورم. عادة ما تكون الساق حمراء، وستكون

أكبر من الساق الأخرى.

دم في البول:

إذا كان لديك دم في البول وكنت تشعر أيضا بالكثير من الألم في جانبك أو في ظهرك، قد تعاني من حصى الكلى. حصى الكلى هي كريستال صغيرة مصنوعة من المعادن والأملاح التي تتشكل في الكلى، فتتحرك من خلال الأنبوب الذي يحمل البول.