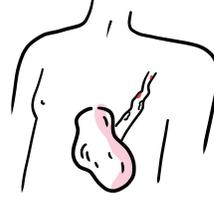


क्या यह oHCM है?

हाइपरट्रॉफिक कार्डियोमायोपैथी (HCM) बनाम ऑब्स्ट्रक्टिव हाइपरट्रॉफिक कार्डियोमायोपैथी (oHCM) को समझना



हाइपरट्रॉफिक कार्डियोमायोपैथी (HCM) क्या है? HCM एक विकार है जिसमें हृदय की मांसपेशी सामान्य से अधिक मोटी हो जाती है, जिससे हृदय के लिए रक्त को ठीक से पंप करना मुश्किल हो जाता है। यह मोटा होना आम तौर पर सेप्टम को प्रभावित करता है, जो हृदय के बाएं और दाएं हिस्से को अलग करने वाली दीवार है।



oHCM HCM के एक विशिष्ट रूप को संदर्भित करता है। oHCM में, मोटी हुई हृदय की मांसपेशी हृदय से रक्त के प्रवाह को रोकती है। इस अवरोध के परिणामस्वरूप बिना अवरोध वाले HCM की तुलना में अधिक लक्षण और समस्याएं हो सकती हैं।

-💡- लक्षण: HCM बनाम oHCM

HCM लक्षण:

- **सीने में दर्द:** अक्सर शारीरिक गतिविधि के दौरान या बाद में।
- **सांस लेने में तकलीफ:** सांस लेने में कठिनाई, विशेषकर सक्रिय रहते समय।
- **धड़कन:** ऐसा महसूस होना कि आपका दिल तेजी से धड़क रहा है या धड़क रहा है।
- **थकान:** बहुत अधिक थकावट या कमजोरी महसूस होना।
- **चक्कर आना या बेहोशी:** ऐसा तब हो सकता है जब मस्तिष्क को पर्याप्त रक्त नहीं मिल रहा हो।

oHCM लक्षण:

- **सभी HCM लक्षण:** इसमें सीने में दर्द, सांस लेने में तकलीफ, घबराहट, थकान और चक्कर आना या बेहोशी शामिल हैं।
- **सांस लेने में अधिक तकलीफ:** रुकावट के कारण हृदय के लिए रक्त पंप करना कठिन हो जाता है।
- **बार-बार सीने में दर्द:** हृदय को रुकावट से आगे रक्त पंप करने के लिए अधिक मेहनत करनी पड़ती है।
- **व्यायाम संबंधी बेहोशी:** व्यायाम के दौरान या बाद में बेहोशी आना, क्योंकि हृदय पर्याप्त रक्त पंप नहीं कर पाता।

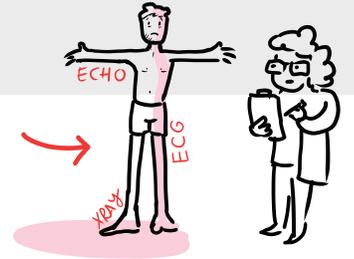
अंतर कैसे बताएं:

HCM का निदान:

- 1 **इकोकार्डियोग्राम:** एक अल्ट्रासाउंड जो मोटी हुई हृदय की मांसपेशी को दिखाता है।
- 2 **MRI:** हृदय की संरचना के विस्तृत चित्र प्रदान करता है।
- 3 **आनुवंशिक परीक्षण:** यह पता लगा सकता है कि क्या आपमें HCM उत्पन्न करने वाला जीन मौजूद है।

oHCM का निदान:

- 1 **डॉप्लर के साथ इकोकार्डियोग्राम:** यह हृदय की मांसपेशियों की मोटाई और रक्त प्रवाह की स्थिति, दोनों को दर्शाता है।
- 2 **व्यायाम तनाव परीक्षण:** यह पता लगाने में मदद करता है कि व्यायाम के दौरान रुकावट कितनी गंभीर है।
- 3 **कार्डियक कैथेटराइजेशन:** हृदय के अंदर दबाव को मापकर यह पता लगाया जाता है कि रक्त प्रवाह कितना अवरुद्ध है।



उपचार के विकल्प:

HCM उपचार:



- **दवाएं:** बीटा-ब्लॉकर्स, कैल्शियम चैनल ब्लॉकर्स और लक्षणों से राहत के लिए अन्य दवाएं।
- **जीवनशैली में बदलाव:** स्वस्थ आहार लें, नियमित व्यायाम करें (पर भारी व्यायाम से बचें) और धूम्रपान न करें।



oHCM उपचार:



- **दवाएं:** HCM के समान, लेकिन रुकावट को कम करने पर अधिक ध्यान दिया जाता है।
- **प्रक्रियाएं:**
 - **सेप्टल मायेक्टॉमी:** मोटी हो चुकी हृदय की मांसपेशी के हिस्से को निकालने के लिए सर्जरी।
 - **अल्कोहल सेप्टल एब्लेशन:** एक गैर-सर्जिकल प्रक्रिया जिसमें बाधित क्षेत्र को सिकोड़ने के लिए अल्कोहल का इंजेक्शन दिया जाता है।
 - **प्रत्यारोपण योग्य उपकरण:** हृदय ताल की समस्याओं को नियंत्रित करने के लिए पेसमेकर या डिफिब्रिलेटर।

HCM और oHCM के साथ रहना:

दोनों बीमारियों के लिए नियमित रूप से अपने हृदय रोग विशेषज्ञ के पास जाना, अनुशंसित दवाएँ लेना और जीवनशैली में बदलाव करना ज़रूरी है। चूँकि ये विकार परिवारों के माध्यम से आगे बढ़ सकते हैं, इसलिए आनुवंशिक परामर्श लेना और परिवार के सदस्यों का परीक्षण करवाना महत्वपूर्ण है।

समर्थन और संसाधन:



- **सहायता समूह:** सहायता के लिए HCM या oHCM से पीड़ित अन्य लोगों से संपर्क करें।
- **शैक्षिक संसाधन:** उपचार और अनुसंधान के बारे में जानकारी रखें।
- **वकालत:** जागरूकता बढ़ाने और अनुसंधान प्रयासों का समर्थन करने में शामिल हों।

उद्देश्य

हार्टलाइफ़ फ़ाउंडेशन (HeartLife Foundation) एक मरीज़-संचालित चैरिटी है जिसका उद्देश्य वैश्विक समुदाय को शामिल करके, शिक्षित करके और प्रेरित करके हृदय संबंधी बीमारियों से पीड़ित लोगों के जीवन की गुणवत्ता में सुधार करना है। हम दीर्घकालिक समाधान स्थापित करना, नवाचार को प्रोत्साहित करना और वैश्विक स्तर पर रोगियों, देखभाल करने वालों और परिवारों के लिए स्वस्थ जीवन शैली का निर्माण करना चाहते हैं।

oHCM और अन्य सहायता पर अधिक जानकारी के लिए कृपया हमें heartlife.ca/academy/ पर देखें

heartlife.academy



HeartLife™
FOUNDATION

द्वारा समर्थित

 TD READY
COMMITMENT



www.heartlife.ca

यह जीवन के बारे में है, असफलता के बारे में नहीं।™
धर्मार्थ पंजीकरण संख्या 76199 7493