ಹೃದಯದ ರೋಗಗಳು

<u>ಯೋಜಿಸಿದವರು</u>

ಹೇಮ ರೆಡ್ಡಿ ೮ ಎ ತರಗತಿ

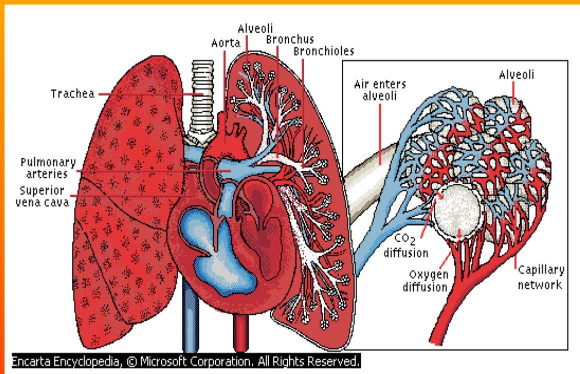
ಗೋವಿಂದರಾಜು ೮ ಎ ತರಗತಿ

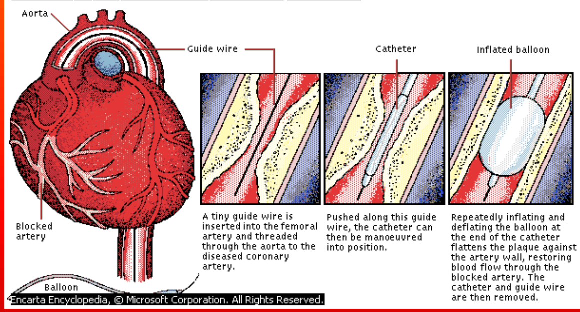
ಅಭಿಲಾಶ್ ೮ ಎ ತರಗತಿ

ಸರಕಾರಿ ಪೌಢ ಶಾಲೆ ಜೀವನಭಿಮಾ ನಗರ

ಉದ್ದೇಶ

- ತಕ್ಕ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಹೃದಯದ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸುವುದು.
- ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.
- ಪರಿಹಾರೋಪಾಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುವುದು.
- ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.
- ಹೃದಯಾಘಾತದ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದು.

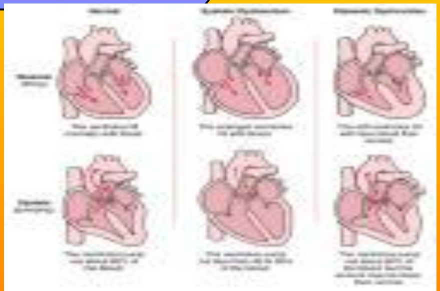


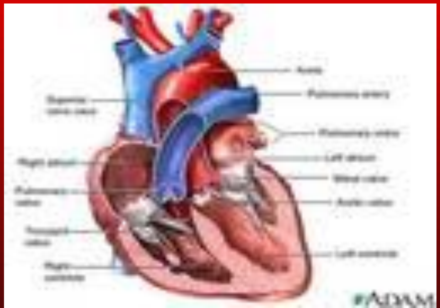


ಹೃದಯದ ರೋಗಗಳು

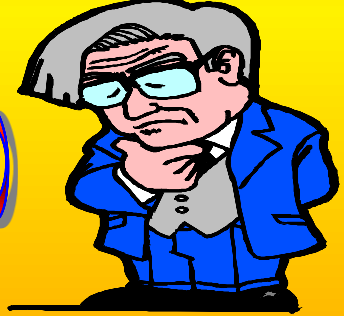
೧)ಹೃದಯದ ಕವಾಟಗಳ ರೋಗ

- ಸಂಧಿವಾತದ ಹೃದಯ ರೋಗ.
- ಮುಕುಟ ಕವಾಟ ರೋಗ.
- ಪುಪ್ಪುಸ ರಕ್ತನಾಳ ರೋಗ.
- ಮುಮ್ಮೊನೆ ಕವಾಟದ ರೋಗ.
- ಅಯೋರ್ಟಾ ಕವಾಟದ ರೋಗ.
- ದರಕು ಪ್ರೊರೆ ಉರಿಯೂತ.

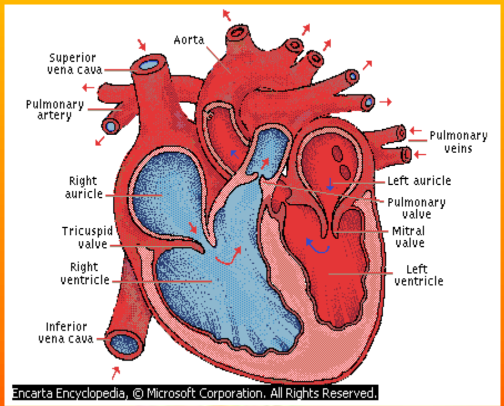


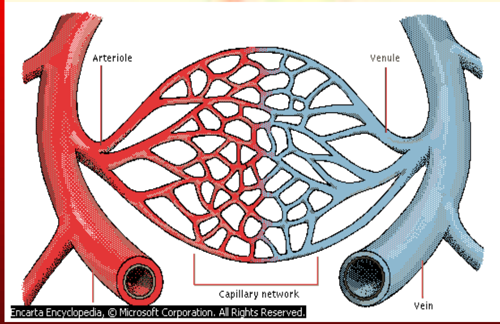


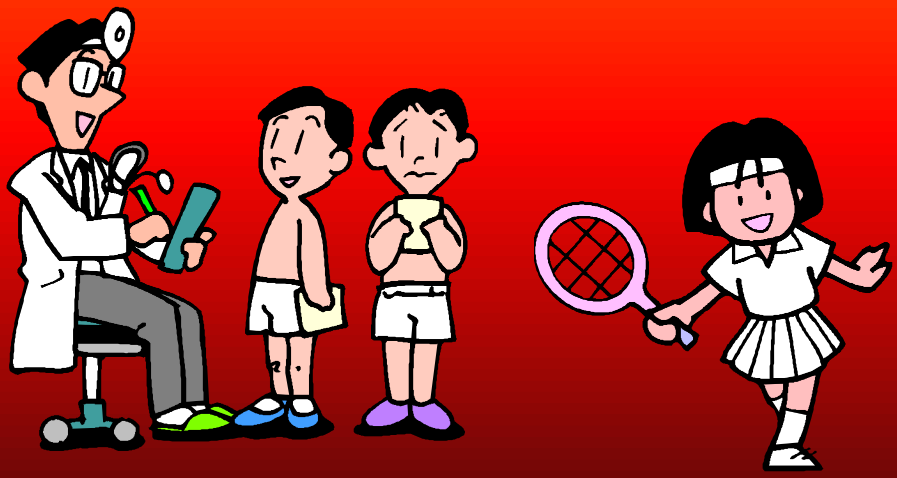
೨) ಸಂಜಾತ ಹೃದಯದ ರೋಗಗಳು

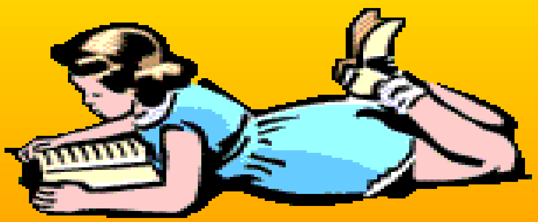


- ಡಕ್ಟಸ್ ಆಟೀರಿಯೋಸಿಸನ ಉಳಿಕೆ.
- ಅಯೋರ್ಟಾದ ಒತ್ತಡ.
- ಹೃತ್ಕರ್ಣದ ನಡುಗೋಡೆಯ ತೊಂದರೆ.
- ಹೃತ್ಕುಕ್ಷಿಯ ನಡುಗೋಡೆಯ ತೊಂದರೆ.





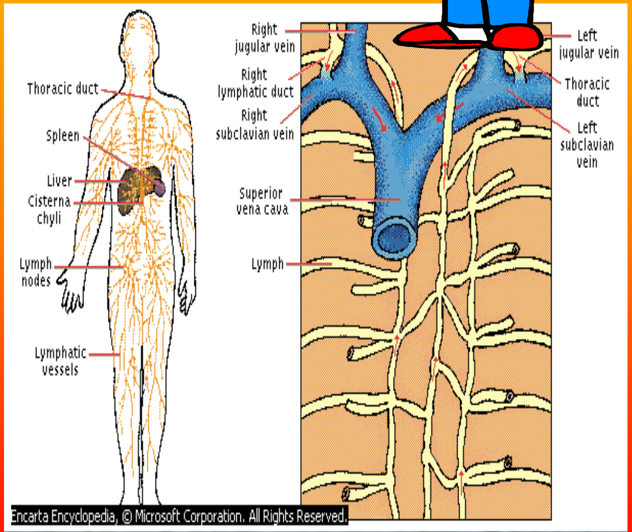




೩) ಗುಂಡಿಗೆ ಸ್ನಾಯುವಿನ ಉರಿಯೂತ.

- ಹೃದಯದ ಸ್ನಾಯುವಿನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೋಗ.
- ಹೃದಯದ ಗಡ್ಡೆ.
- ಗುಂಡಿಗೆಸ್ನಾಯು ಬೇನೆ.

೪) ಗುಂಡಿಗೆ ಸತ್ಪುರಿಯೂತಗಳು.

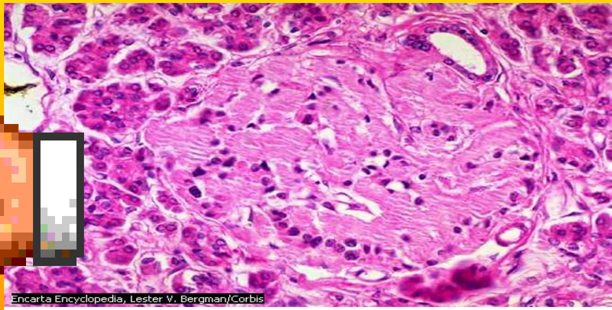


ಪ್ರತಿಬಂಧಕ ಕ್ರಮಗಳು

- ಅಪಾಯಕಾರಿ ನಡತೆಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗದಂತೆ. ಪ್ರತಿಬಂದಿಸುವುದು. ಉದಾ:–ಧೂಮಪಾನ, ಮಧ್ಯಪಾನ, ಇವುಗಳಿಂದ ದೂರ ಇರುವುದು.
- ದುಶ್ಚಟಗಳಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿದ್ದರೆ ಅದರಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಅಗತ್ಯ.
- ರೋಗಲಕ್ಷಣ ತಲೆದೂಗಿದರೆ ಜೀವನಶೈಲಿಯ ಬದಲಾವಣೆ ಮತ್ತು ಔಷಧೋಪಚಾರ, ಶೀಘ್ರರೋಗ ಪತ್ತೆ, ಸಮರ್ಪಕ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಿಗಾವಣೆ ಅವಶ್ಯಕ.

ಹೃದಯದ ರಕ್ತನಾಳಗಳ ತೊಂದರೆಯಿಂದ

ದೂರ ಇರುವ ಉಪಾಯ



Encarta Encyclopedia, Lester V. Bergman/Corbis

- ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲ್ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು.
- ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕು.
- ಮಧುಮೇಹವಿದ್ದರೆ ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳ ಬೇಕು.
- ವ್ಯಾಯಾಮ,ಯೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿದಿನ ಮಾಡಬೇಕು.
- ಹಣ್ಣು,ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸಿಪ್ಪೆಸಮೇತ ಸೇವಿಸಬೇಕು.
- ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಒತ್ತಡಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಬಾರದು.
- ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪನ್ನು ಸೇವಿಸಬಾರದು.

Encarta Encyclopedia, Dorling Kindersley

Encarta Encyclopedia, Sylvain Grandadam/Photo Researchers, Inc.

Encarta Encyclopedia, M.E. Warren/Photo Researchers, Inc. Will McIntyre/Photo Researchers, Inc.

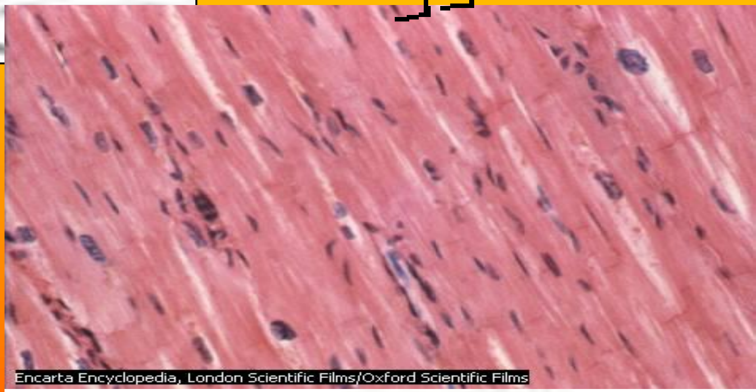
ಹೃದಯಾಘಾತ

ಹೃದಯದಲ್ಲಿಬಲಿಷ್ಟಮಾಂಸಖಂಡಗಳಿವೆ

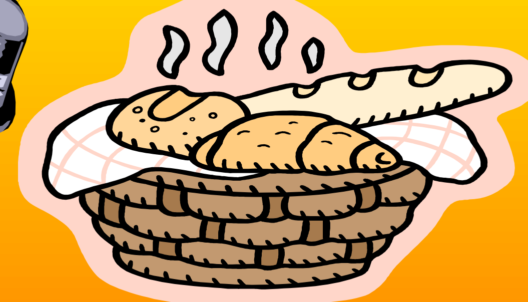
ಈಮಾಂಸಖಂಡಗಳಿಗೂ ನಿರಂತರ ರಕ್ತ ಸರಬರಾಜು ಆಗಬೇಕು. ಇದಕ್ಕಾಗಿ ಅಯೋರ್ಟಾದಿಂದ ಹೊರಟ ಎರಡು ಕರೋನರಿ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಹೃದಯಕ್ಕೆ ರಕ್ತ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆರಕ್ತ ಕರಣೆಯೋ,

ಕೊಬ್ಬಿನ ಕಲೆ.ತವ್ಹೊ ಕರೋನರಿ ರಕ್ತ ನಾಳದಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿ ಕೊಂಡಾಗ ಹೃದಯದ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳು ರಕ್ತ ದೊರೆಯದೆ ತತ್ತರಿಸುತ್ತದೆ. ಹ್ರದಯಕ್ಕೆ ಬೀಳುವ ಈ ರೀತಿ

ಪೆಟ್ಟನ್ನು ‘ಹೃದಯಾಘಾತ’ ಎನ್ನುವರು.

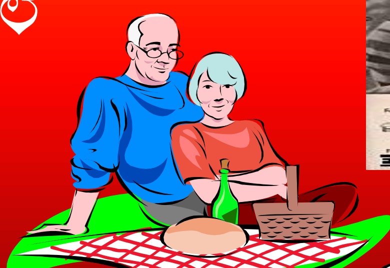


ಹೃದಯಾಘಾತವಾಗದಂತೆ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ಕ್ರಮಗಳು



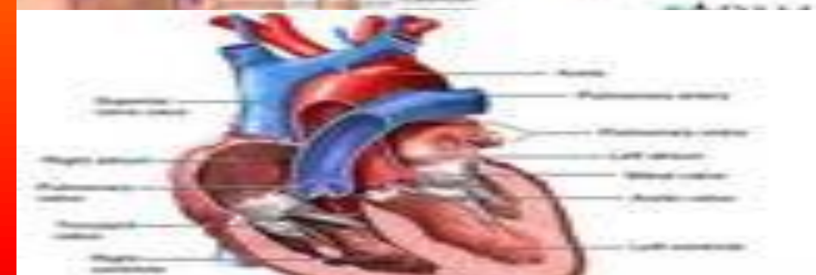
- ಹೆಚ್ಚು ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಹಾಗೊ ಆಲಸಿತನವನ್ನು ಕಿತ್ತೆಸಯುಬೆಕು.
- ಸದಾ ಚಟುವಟಿಕೆಯಿಂದಿರ ಬೇಕು.
- ಮಧ್ಯಪಾನ,ಧೂಮಪಾನ ಮರೆತುಬಿಡಬೇಕು.
- ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡದಿಂದ ಮುಕ್ತರಾಗಬೇಕು.
- ಸಿಹಿ ಹಾಗು ಉಪ್ಪನ್ನು ಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸಬೇಕು.
- ಅಧಿಕ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆಕಾಯಿಲೆ ಇದ್ದರೆ ಸೊಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಅದನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.
- ಜಿಡ್ಡು ಪದಾರ್ಥಾ,ಪ್ರಾಣಿಜನ್ಯ ಆಹಾರವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಬಳಸ ಬೇಕು.

Encarta Encyclopedia, Patrick Somelet/Diaf/The Stock Market

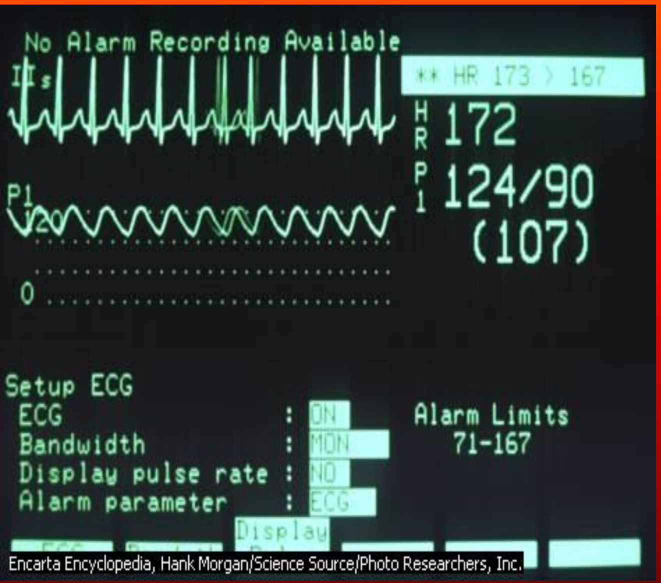


ಹೃದಯಾಘಾತದ ಲಕ್ಷಣಗಳು

- ಹೃದಯಾಘಾತವಾದಾಗ ಎದೆಯ ಮಧ್ಯಭಾಗದಲ್ಲಿ ನೋವು ಉಂಟಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎದೆಯ ಮೇಲೆ ಟನ್‌ಗಟ್ಟಲೆ ಭಾರ ಬಿದ್ದಂತೆ ಅನುಭವವಾಗುತ್ತದೆ.
- ಎಡ ತೋಳು,ಎಡ ಕೈಯೆತ್ತಲು ನೋವು ಸುಳಿದಾಡುತ್ತದೆ.
- ರೋಗಿ ಪ್ರಾಣಭಯದಿಂದ ಒದ್ದಾಡುತ್ತಾನೆ.
- ಮೈಬೆವರುತ್ತದೆ,ವಾಂತಿ,ಮಲ–ಮೂತ್ರ ವಿಸರ್ಜನೆಯೂ ಆಗಬಹುದು.



ಹೃದಯಾಘಾತದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ನಡೆದು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಎದೆನೋವೇ ಹೃದಯಾಘಾತದ ಮುಖ್ಯ ಲಕ್ಷಣವಾದರೂ,ಎಲ್ಲ ಎದೆನೋವು ಹೃದಯಾಘಾತದ ಲಕ್ಷಣವಲ್ಲ. ಎದೆನೋವು ಬರಲು ಇತರ ನೂರಾರು ಕಾರಣಗಳಿವೆ.



Encarta Encyclopedia, Hank Morgan/Science Source/Photo Researchers, Inc.

ಗ್ರಂಥಋಣ

- ನ್ಯೂಸ್ ಪೇಪರ್‌ನಿಂದ,
- ತರಗತಿಯ ವಿಜ್ಞಾನ ಅಧ್ಯಾಪಕರಿಂದ,
- ೯ನೇ ತರಗತಿಯ ಪಠ್ಯ ಪುಸ್ತಕದಿಂದ,
- ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಿಂದ,
- ಹೃದಯಾಘಾತದ ರೋಗಿಯಿಂದ,
- ಅಂತರ್ಜಾಲದಿಂದ,

ನಾವು ವಿಷಯವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದೆವು.

ಧನ್ಯವಾದಗಳು