

خالد النمر يوجه 4 قواعد ذهبية لمرضى القلب خلال فصل الصيف

23 ما يو، 2026



قدم استشاري وأستاذ أمراض القلب وقسطرة الشرايين، خالد النمر، مجموعة من النصائح المهمة لمرضى القلب خلال فصل الصيف، مؤكداً أهمية الوقاية من مضاعفات ارتفاع درجات الحرارة.

وأوضح النمر أن من أبرز "القواعد الذهبية" لمرضى القلب في الصيف تجنب الجفاف من خلال الحرص على شرب السوائل بشكل كافٍ، إضافة إلى تجنب التعرض المباشر لأشعة الشمس.

كما شدد على ضرورة الابتعاد عن الجهد البدني المفاجئ، مؤكداً في الوقت ذاته أهمية عدم تغيير الأدوية أو إيقافها من تلقاء النفس دون استشارة الطبيب المختص.