



۲۰۲۲/۱۱/۲۷



داکتر راضیه بهار قریشی

## تشریح طبی علت های «سردی پاها» در قاموس کبیر افغانستان



### •گردش ضعیف خون

مشکلات گردش خون می تواند در نتیجه یک بیماری قلبی ایجاد شود ، جایی که قلب تلاش می کند خون را با سرعت کافی سریع پمپاژ کند. گردش خون ضعیف می تواند نتیجه نشستن بیش از حد باشد. اگر تمام روز برای کار پشت میز بنشینید ، ممکن است سردی پا را تجربه کنید. سیگار کشیدن همچنین می تواند باعث گردش خون ضعیف شود.

### •علت سردی پاها: کم خونی

کم خونی هنگامی ایجاد می شود که کمبود گلبول قرمز داشته باشید. این یکی دیگر از دلایل شایع سرد شدن پا است ، به ویژه در موارد شدید کم خونی. کم خونی فقر آهن حتی در افراد بسیار سالم نیز ممکن است رخ دهد. با تغییر در رژیم غذایی و با مصرف مکمل ها می توان نسبتاً راحت آن را درمان کرد.

### •علت سردی پاها: دیابت نوع 1 و 2

دیابت می تواند باعث شود نه تنها پاها در هنگام لمس سرد باشند ، بلکه باعث شود که پاها به دلیل آسیب عصبی احساس سرما کنند. علائم دیگر دیابت ممکن است بی حسی یا گزگز (سوزنک) پا باشد. اگر علائم آسیب عصبی در پا را تجربه کردید ، به طبیب خود مراجعه کنید و برای بررسی بریدگی یا زخم آنها بیشتر مراقبت کنید.

### •علت سردی پاها: کم کاری تیروئید

این وضعیت زمانی اتفاق می افتد که تیروئید کم کار باشد و به اندازه کافی هورمون تیروئید تولید نکند. این امر در متابولیسم بدن تداخل ایجاد می کند. از آنجا که متابولیسم هم ضربان قلب و هم دمای بدن را کنترل می کند ، تیروئید کم کار می تواند به کاهش گردش خون و سرد شدن پا کمک کند.

سردی پا، سردی پا نشانه چیست، دلیل سردی پا

استرس و اضطراب یکی از دلایل بروز بیماری رینود می باشد

### •علت سردی پاها: بیماری یا پدیده رینود

رینود باعث می شود که بدن شما بیش از حد به سرما عکس العمل نشان دهد. با کاهش دما ممکن است انگشتان دست و پا احساس بی حسی و یخ زدگی کنند. گاهی حتی رنگ پوست تغییر می یابد ، ابتدا کم رنگ و سپس آبی می شود. با گرم شدن ممکن است احساس سوزش و قرمز شوند. هوای سرد ، تهویه هوا نامناسب و استرس یا اضطراب می تواند این مشکل را به وجود آورد.

### •علت سردی پاها: بیماری بورگر

بیماری بورگر یا ترومبوانژیت انسدادی یک بیماری نادر است ، اما اگر سیگار می کشید یا دخانیات می جوید و پاهایتان سرد است ، دلیل این شرایط ممکن است این مشکل باشد. این بیماری که به مصرف دخانیات مرتبط است باعث تورم عروق خونی در دست و پا می شود. این جریان خون را کند می کند و می تواند لخته ایجاد کند و باعث عفونت شود.

### •علت سردی پاها: کلسترول بالا

اگر کلسترول بالایی دارید ممکن است در معرض خطر بیشتری از مشکلات گردش خون باشید که منجر به سرد شدن پا می شود. مشکل در گردش خون نتیجه تجمع کلسترول و التهاب در رگ های خونی شما است در صورت نیاز به ما به زودترین فرصت پیام شما را جواب خواهیم داد! سلام دوست عزیز این یک پیام خودکار است