



سکته مغزی



خانه و خانواده و جامعه وفق دهید. بازتوانی هنگامی که در بیمارستان هستید آغاز می شود و پس از ترخیص از بیمارستان می توانید بازتوانی را در خانه یا در یک مرکز توانبخشی ادامه دهید. اقدامات بازتوانی از بروز مجدد سکته جلوگیری می کند. بیشترین شانس برای بازیافتن تواناییهای خود را در یک ماه اول پس از سکته دارید، بنابراین مهم است که بازتوانی را زودتر شروع کرده و آنرا بطور منظم دنبال کنید.

توصیه هایی که لازم است پس از سکته مغزی رعایت

کنید

- ✓ فشار خون خود را در حد طبیعی نگه دارید.
- ✓ سیگار نکشید.
- ✓ وزن خود را در حد طبیعی نگه دارید.
- ✓ قند و چربی خون را در حد طبیعی نگه دارید.
- ✓ رژیم غذایی کم چرب و کم نمک استفاده کنید.

توصیه ها و مراقبت های پزشکی

در هنگام مواجه شدن با فردی که علائم سکته مغزی را نشان می دهد، علاوه بر رساندن فرد به مرکز مجهز انجام اقدامات دیگری نیز مفید می باشد مثلاً اگر بیمار تنفس ندارد، باید عملیات احیاء و تنفس مصنوعی را برای بیمار شروع کرد و اگر دچار استفراغ شده است، سر بیمار را باید به یک طرف منحرف کرد تا محتویات استفراغ وارد ریه فرد نشود، همچنین از خوردن و آشامیدن توسط وی باید جلوگیری کرد.

مهمترین جنبه از موارد فوق رساندن سریع بیمار به یک مرکز درمانی است زیرا هر دقیقه که از سکته مغزی می گذرد، آسیب وارده به فرد عمیق تر می شود و در اکثر موارد موفقیت درمان بستگی به این دارد که بیمار خیلی زود به بیمارستان رسانده شود.

درمان:

در برخی از موارد درمان سکته ها از داروهای حل کننده لخته استفاده می شود، اما به طور کلی درمان آن بر اساس مراقبت های حمایتی (فیزیوتراپی و کار درمانی) و پیشگیری ثانویه با داروهای ضد پلاکتی مانند آسپرین و دی پیریدامول برای جلوگیری از لخته شدن مجدد خون در رگ های مغزی می باشد.

بازتوانی پس از سکته مغزی را جدی بگیرید

بهترین راه برای بهتر شدن پس از سکته مغزی، شروع بازتوانی است. به شما آموزش داده می شود که تا

سکته مغزی

سکته مغزی زمانی رخ می دهد که یک لخته خونی باعث انسداد شریان خون رسان به مغز می شود . به بیان دیگر اگر خون رسانی به مغز دچار اختلال شده و متوقف گردد این قسمت از مغز دیگر نمی تواند عملکرد طبیعی خود را داشته باشد.

انواع سکته مغزی

۱. سکته هایی که به دلیل کاهش خونرسانی به مغز اتفاق می افتد (در این حالت آسیب دائمی به سلولهای مغزی وارد نمی شود و علائم عصبی در کمتر از ۲۴ ساعت برطرف می شوند).
۲. سکته هایی که در اثر انسداد جریان خون بوجود می آیند.

سکته خونریزی دهنده

این نوع سکته در اثر نشت و پارگی یک سرخرگ مغزی ایجاد می شود. خونریزی یا در اثر شرایطی مثل فشار خون بسیار بالا که بر روی رگها فشار وارد می کند ایجاد می شود و یا گاهی در عین اینکه فشار خون خیلی بالا نیست در اثر ضعف قسمتی از جداره رگ پارگی ایجاد شده و خون وارد بافت مغزی می شود . گاهی نیز ارتباطات غیر طبیعی بین شریانها و وریدهای مغزی عامل ایجاد خونریزی است.

علائم سکته های مغزی

- ✓ بی حسی و کرختی صورت، بازو ها و پاها به خصوص در یک طرف بدن
- ✓ فلج صورت ، بازو و پا بصورت یکطرفه
- ✓ عدم تعادل و لنگ زدن
- ✓ اختلال در تکلم و یا درک کلام
- ✓ اشکال در بلع
- ✓ کرختی و سوزش قسمت های بدن ، اشکال در درک وضعیت و موقعیت
- ✓ دوبینی ، تاری دید یا از دست دادن بینایی به خصوص در یک چشم
- ✓ سردرد شدید و ناگهانی
- ✓ از دست دادن حافظه کوتاه مدت و طولانی مدت
- ✓ اختلال در قضاوت
- ✓ سرگیجه بدون دلیل و سقوط ناگهانی
- ✓ بی اختیاری ادرار و مدفوع
- ✓ اشکال در پیدا کردن کلمات و فهمیدن آن چیزی که دیگران میگویند.
- ✓ عدم توانایی در انجام حرکات ظریف
- ✓ سردرد شدید ناگهانی بدون علت مشخص

در برخی از افراد این علائم حاصل از سکته مغزی بطور کامل بهبود پیدا می کند، اما در بیش از دو سوم بیماران مقداری از ناتوانی باقی خواهد ماند.

عوامل موثر در بروز سکته مغزی

- ✓ سابقه خانوادگی: کسانی که در فامیل نزدیک خود (پدر ، مادر ، برادر و خواهر) سابقه بروز سکته مغزی دارند خطر سکته مغزی در آنها کمی بالاتر از افرادی است که در فامیل خود سکته مغزی نداشته اند.
- ✓ سن: با بالا رفتن سن ، خطر سکته مغزی بالاتر می رود
- ✓ جنس: اگر چه زن و مرد تقریباً بطور یکسان مبتلا به سکته مغزی می شوند ولی مرگ و میر زنان پس از ابتلا به سکته بالاتر است.

عوامل خطر آفرین

- ✓ فشار خون بالا
- ✓ کلسترول بالا
- ✓ استعمال دخانیات و مواد مخدر و مصرف الکل
- ✓ دیابت یا بیماری قند
- ✓ چاقی
- ✓ بیماری های قلبی و عروقی
- ✓ سابقه قبلی سکته مغزی در یک فرد
- ✓ قرص های ضد بارداری: خطر سکته مغزی در زنانی که از قرص های ضد بارداری استفاده می کنند بالاتر از زنانی است که از این قرصها استفاده نمی کنند.