

# سکته مغزی



تلفن: ۰۲۱ - ۸۸۸۹۲۱۵۶  
تلفن: ۰۲۱ - ۸۸۸۹۳۵۷۱۱  
سماطه پیامکی: ۳۰۰۰۳۹۹۲  
ایمیل: info@piho.ir

WWW.PIHO.IR

## نحوه مشارکت و مراقبت از خود در منزل

۱. بهبودی نسبی یا کامل یک بیمار ممکن است در دراز مدت صورت گیرد، پس باید صبر و حوصله بیشتری پیشه‌سازید.
۲. داروهای بیمار سر وقت داده شود.
۳. بیشترین میزان بهبودی در بیمارانی است که دوره توانبخشی و ورزش‌های مربوطه را به درستی انجام داده‌اند. انجام تمرینات ورزشی توسط خود فرد و در صورت عدم توانایی توسط همراهان و خانواده می‌تواند بهبودی قابل توجهی ایجاد نماید. این امر به خصوص در پیشگیری از بد شکلی‌های اندام و خشکی آنها بسیار موثر است.
۴. به علت مشکلات بلع، تغذیه را ابتدا با مایعات غلیظ و پوره شروع کرد. زیرا این غذاها آسانتر از مایعات رقیق بلعیده می‌شود. (البته در بیمارانی که به دلیل نداشتن بلع مناسب با لوله معده مرخص می‌شوند، مایعات رقیق بدلیل سهولت در دادن با لوله، توصیه می‌شود).
۵. برای اطمینان از ایمن بودن محیط خانه، اصلاحات لازم را در منزل انجام دهید. مثلاً استفاده از صندلی دارای دسته یا صندلی چرخدار، استفاده از عصا و دوش دستی در حمام.
۶. پوست بدن بیمار را مرتباً از نظر قرمزی، تحریک و شکنندگی و زخم احتمالی بررسی کنید.
۷. از تحت فشار قرار گرفتن اندام‌های بیمار خودداری شود.
۸. همیشه پوست بدن بیمار تمیز و خشک نگه داشته شده و بیمار مرتباً تغییر وضعیت داده شود. ماساژ آهسته پوست و حفظ تغذیه کافی حفظ سلامت پوست بیمار کمک می‌کند.
۹. در صورت فلج دست و پای بیمار، مرتباً ورم اندام‌ها را بررسی کنید و اندام‌ها را حرکت دهید.
۱۰. استفاده از جوراب واریس برای جلوگیری از تشکیل لخته در اندام‌های تحتانی ضروری می‌باشد.
۱۱. هنگامی که بیمار برای اولین بار می‌خواهد از رختخواب خارج شود ابتدا باید بنشینند و یاد بگیرد که هنگام نشستن تعادل خود را حفظ کند. سپس تعادل در ایستادن را بیاموزد و حتماً از وسایل حمایتی جهت بیمار استفاده شود.
۱۲. ترک عوامل تشدید کننده مانند سیگار حائز اهمیت است.
۱۳. افزایش نور طبیعی یا مصنوعی در اطاق و تهیه عینک در صورت نیاز در افزایش دید بیمار اهمیت دارد.
۱۴. در هنگام بی اختیاری ادرار، در مراحل اولیه گذاشتن سوند فولی، با روش استریل و در مراحل بعدی استفاده از لگن مناسب ضروری می‌باشد.
۱۵. برای جلوگیری از یبوست، رژیم غذایی پر فیبر و مصرف مایعات کافی (۲ تا ۳ لیتر روزانه) باید تأمین شود و در صورت عدم رفع یبوست، از ملین استفاده شود. (طبق دستور پزشک)
۱۶. مرتباً حمایت روحی، روانی از بیمار به عمل آید

## علائم هشدار دهنده که نیاز به مراجعه فوری دارند:

۱. در صورت تشدید علائم حتماً به پزشک مراجعه نمایید.
۲. در صورت بروز علائمی نظیر سرگیجه، خواب آلودگی، گیجی و تاری دید در منزل سریعاً بیمار را به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل کنید.
۳. باید مرتباً به وضعیت ادرار بیمار توجه شود و در صورت هرگونه اشکال در ادرار کردن و احساس سوزش به پزشک اطلاع داده شود.

# سکته مغزی

## آیا می دانید علت وقوع سکته مغزی چیست؟

سکته مغزی جزو شایع ترین علت های مرگ و میر انسان ها به شمار می آید و همانطور که مشخص است دلیل آن گرفتاری در رگ های مغزی است.

سکته مغزی هنگامی رخ می دهد که یا یک لخته خون باعث انسداد شریان خون رسان به مغز می شود (سکته مغزی ایسکمیک)، یا یک رگ خونی مغز پاره شده و خون رسانی به بخشی از مغز متوقف شود (سکته مغزی هموراژیک). در عرض چند دقیقه پس از این حادثه سلول های مغز شروع به مردن می کنند.

سکته مغزی ناقص (حملات گذرای کاهش خون رسانی به مغز) هنگامی رخ می دهد که جریان خون به مغز به طور موقت مختل می شود. در این حالت آسیب دائمی به سلول های مغزی وارد نمی شود و علائم عصبی در کمتر از ۲۴ ساعت برطرف می شود.

## علائم بیماری چیست؟

- تغییر در وضعیت ذهنی
- اشکال در راه رفتن، گیجی، از دست دادن تعادل
- اختلال بینایی، اشکال در تکلم یا درک صحبت ها
- کرختی یا ضعف صورت، باز و یا پا، بخصوص در یک طرف بدن
- سردرد شدید و ناگهانی، اختلال در بلع
- نقصان حسی (خصوصاً بینایی، شنوایی و لامسه)
- فلج اندام های بدن یا نیمی از اندام های بدن و ناتوانی در مراقبت از خود
- بی اختیاری در نگهداری ادرار و مدفوع

## عوامل بوجود آورنده و تشدید کننده بیماری چیست؟

۱. فشار خون بالا
۲. سابقه بیماری قلبی و عروقی
۳. چربی خون بالا
۴. چاقی
۵. دیابت (مرض قند)
۶. استعمال دخانیات
۷. مصرف الکل
۸. سن بالای ۳۵ سال

## آزمون های تشخیصی:

آزمون های تشخیصی می توانند شامل بررسی های آزمایشگاهی مایع نخاع و خون، نوار قلب، اکوکاردیوگرافی، سونوگرافی عروق گردنی، آنژیوگرافی و سی تی اسکن سر باشند.

## درمان:

به طور کلی درمان بیماری سکته مغزی شامل دو مرحله است:

۱. بلافاصله تا چندین روز پس از بیماری
  ۲. پس از هفته اول تا چندین ماه پس از بروز بیماری
- در هنگام بستری پس از بررسی های اولیه و مشخص نمودن نوع سکته و عوامل خطرزا، درمان ها معمولاً شامل پایدار نمودن وضعیت بالینی بیمار، کاهش تورم بافت مغز در صورت وجود، تجویز داروهای حل کننده لخته خون، استفاده از داروهای محافظت کننده سلولی، انجام جراحی برای برداشتن لخته از شریان مغز و رفع عوامل خطرزای بیماری خواهد بود.

لازم به ذکر است که در صورت پایدار بودن وضعیت بیمار، توانبخشی بیمارانی باید در این فاز و حتی در بیمارستان شروع شود، چرا که شروع هر چه سریعتر توانبخشی، میزان و سرعت بالاتر بهبودی در آینده را به همراه خواهد داشت.

پس از ترخیص بیمار از بیمارستان، محور درمانها بر توانبخشی صحیح بیمار به منظور افزایش توانایی های جسمی و پیشگیری از بروز تدریجی عوارض جدی و ناتوان کننده در بیمار و در نتیجه کاهش موارد مرگ و میر در آینده، استوار است. در این دوره توجه به اصلاح الگوی زندگی و عوامل خطرزای بیماری نیز به منظور پیشگیری از بروز سکته های مجدد باید مدنظر قرار گیرد.

