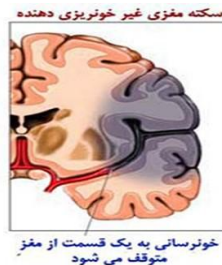
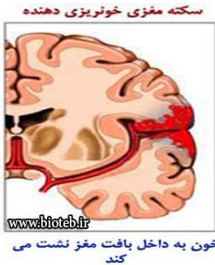


سکته مغزی



سکته مغزی زمانی اتفاق می افتد که رگی خونی در مغز مسدود یا پاره شود. بدون درمان، سلول های مغز به سرعت از بین می روند در نتیجه می تواند باعث ناتوانی جدی در اندام های بدن یا حتما مرگ می شود. اگر فردی علائم و نشانه های سکته مغزی را پیدا کرد باید بلافاصله با اورژانس تماس بگیرید و کمک بخواهید.

علائم و نشانه های سکته مغزی عبارتند از:

- بروز ناگهانی ضعف و بی حسی در یک طرف بدن
- تغییر ناگهانی دید در یک یا دو چشم یا دشوار شدن بلع غذا
- بروز ناگهانی سردردهای شدید بدون علت
- بروز مشکلات شدید همراه با سرگیجه هنگام راه رفتن
- بروز مشکلات ناگهانی در صحبت کردن و شناخت دیگران



تشخیص سکته مغزی:

وقتی فردی با علائم و نشانه های سکته مغزی به بخش اورژانس مراجعه می کند، در ابتدا باید نوع سکته مغزی را مشخص کرد. دو نوع سکته مغزی اصلی وجود دارد که روش های درمان شان متفاوت است. پزشکان می توانند از عکس برداری اورژانسی برای شناسایی نوع سکته مغزی (مسدود شدن یا پاره شدن رگ خونی) استفاده کنند. نتایج آزمایش های اضافی محل خونریزی درون مغز را مشخص می کند.

سکته مغزی ایسکمیک

متداول ترین نوع سکته مغزی، ایسکمیک، نام دارد. تقریباً از هر ۱۰ سکته مغزی ۹ مورد در این گروه قرار می گیرند. عامل بروز سکته مغزی، لخته خونی است که در رگ درون مغز ایجاد شده است. لخته خون ممکن است در نقطه ای خاص گسترش یافته یا از سایر نقاط بدن به مغز رسیده باشد.

سکته مغزی هموراژیک

سکته مغزی هموراژیک شیوع کمتر دارد، ولی مرگ بار است. این نوع سکته وقتی بروز می کند که یک رگ خونی ضعیف در مغز پاره شود. نتیجه این نوع سکته، خونریزی شدید درون مغز است که متوقف کردنش بسیار دشوار است.

سکته مغزی کوتاه (TIA)

حمله ایسکمیک گذرا را اغلب سکته مغزی گذرا می نامند. لخته خون قسمتی از مغز را به طور موقت از کار می اندازد و علائمی شبیه سکته مغزی نمایان می شود. وقتی جریان خون دوباره برقرار شود، علائم و نشانه های سکته مغزی برطرف می شود. سکته مغزی گذرا، نشان دهنده آن است که سکته مغزی اصلی به زودی به وقوع می پیوندد. اگر فکر می کنید سکته مغزی گذرا را پشت سر گذاشته اید باید بلافاصله به پزشک مراجعه کنید تا او احتمال بروز سکته مغزی اصلی را به حداقل برساند.

علت بروز سکته مغزی چیست؟

یکی از علل متداول سکته مغزی ضخیم و سخت شدن دیواره رگ های خونی است. پلاکت های ساخته شده از چربی، کلسیم، کلسترول و ... انعطاف رگ های خونی را از میان می برند. لخته خون ممکن است سبب مسدود شدن رگ خونی غیر قابل انعطاف و بروز سکته مغزی ایسکمیک شود. عامل اصلی سکته مغزی هموراژیک در اکثر موارد عدم درمان فشار خون بالا است که سبب پارگی رگ خونی ضعیف می شود.

عوامل خطر زای سکته قلبی:

بیماری های مزمن: فشار خون بالا، کلسترول بالا، دیابت، چاقی.

رفتارها: سیگار، ورزش نکردن، نوشیدن الکل

تغذیه: پیروی کردن از رژیم غذایی نامناسب می تواند خطر بروز سکته مغزی را افزایش دهد. مصرف بیش از اندازه چربی و کلسترول می تواند سبب ضخیم شدن رگ های خونی شود. مصرف بیش از اندازه نمک ممکن است سبب بروز بیماری فشار خون شود. مصرف بیش از اندازه کالری سبب بروز اضافه وزن و چاقی می شود. با پیروی کردن از رژیم غذایی حاوی سبزیجات، میوه، غلات و ماهی می توان از بروز سکته مغزی جلوگیری کرد. عوامل خطر زایی که در کنترل شما نیست: کهنسالی، وجود سابقه سکته مغزی در خانواده، جنسیت (سکته مغزی مردان را بسیار بیشتر از زنان تهدید می کند. ولی میزان مرگ و میر در اثر وقوع سکته مغزی در زنان بیشتر است.

صدمات بلند مدت ناشی از سکته مغزی:

میزان صدمات وارده به افراد و از دست رفتن توانایی آنها به شدت سکته مغزی سن و سرعت عمل در درمان و فاکتورهای دیگر بستگی دارد. نوع صدمه و آسیب دیدن بستگی به مکان آسیب دیده مغز دارد. مشکلات متداول پس از بروز سکته مغزی عبارتند از: بی حس شدن، از کار افتادن دست ها و پاها، از میان رفتن توانایی راه رفتن، از میان رفتن دید چشم ها، ناتوانی در بلع غذا، ناتوانی در سخن گفتن و برقراری ارتباط، مشکلات می توانند دائمی باشند، اما تعدادی از افراد می توانند بسیاری از توانایی های شان را باز یابند.

توانبخشی سکته مغزی:

گفتار درمانی: توان بخشی محور درمان عوارض سکته مغزی است. گفتار درمانگران می توانند به افراد برای به دست آوردن مهارت هایشان و مواجه شدن با ناتوانی ها کمک کنند. نتیجه گفتاردرمانی در هر بیمار متفاوت است. برای افرادی که توانایی سخن گفتن را از دست داده اند و یا مشکل در بلع دارند گفتاردرمانی ضروری است.

توان بخشی بدنی: ناتوان شدن عضلات و از میان رفتن تعادل بدن از جمله متداول ترین عوارض سکته مغزی است که می تواند توانایی راه رفتن را از بیماران بگیرد و در فعالیت های روزانه شان خلل ایجاد کند. توانبخشی فیزیکی (فیزیوتراپی) روش موثری است برای به دست آوردن تعادل و هماهنگی عضلات بدن. همچنین می تواند علایم و نشانه های افسردگی را در بازماندگان سکته مغزی شناسایی و درمان کند. همچنین توانایی نوشتن، استفاده از قاشق و چنگال و ... را برای بیمار تسهیل می نماید.



روان درمانی: بازماندگان سکته مغزی از احساساتی مثل ترس، خشم، اضطراب و اندوه رنج می برند. روان شناس یا متخصص مشاور می تواند از استراتژی های گوناگون برای مقابله با این احساسات استفاده کند. متخصص مشاور همچنین می تواند علایم و نشانه های افسردگی را در بازماندگان سکته مغزی شناسایی و درمان کند.

پیشگیری از بروز سکته مغزی:

سبک زندگی: افرادی که بازمانده سکته مغزی هستند برای پیشگیری کردن از بروز دوباره سکته مغزی باید موارد زیر را رعایت کنند: پرهیز از دخانیات، ورزش کردن و کنترل وزن، پرهیز کردن از الکل و نمک، مصرف مواد غذایی سالم مانند ماهی، سبزیجات و غلات داروها: داروهای ضد لخته خون مانند آسپیرین و وارفارین با حفظ پلاکت های خون (که عامل ایجاد لخته هستند)، برای بازماندگان سکته مغزی تجویز می شوند تا به بیداری بخش خاموش مغزشان کمک کنند. جراحی: از طریق جراحی افراد مبتلا به سکته مغزی خفیف یا زود گذر، می توان پلاکت ها را از دیواره شریان های مبتلا پاک کرد. بالون و استنت: گاه برای باز کردن شریان کاروتید از آنژیوپلاستی و قرار دادن بالون و استنت استفاده می شود.

زندگی پس از سکته مغزی:

بیش از نیمی از افرادی که سکته مغزی تجربه کرده اند، توانایی های خود را باز می یابند. کسانی که به اندازه کافی داروهای متلاشی کننده لخته خون مصرف می کنند، ممکن است به طور کامل بهبود یابند و کسانی که دچار ناتوانی شده اند، یاد می گیرند مستقل باشند.



واحد آموزش به بیمار- مجتمع آموزشی، پژوهشی و درمانی حضرت رسول اکرم (ص)

آموزش به بیمار

کد ۱۵۱



مجمع آموزش در خدمت رسول اکرم

سکته مغزی



کردآوری و خطیم: مبین قاسمی (کارشناس ارشد آموزش به بیمار)
تأیید کننده: دکتر مهدی مقدسی (متخصص مغز و اعصاب، عضو هیئت علمی دانشگاه
علوم پزشکی ایران)

سال ۱۴۰۰

آدرس: خیابان سارخان - خیابان نیایش - مجمع آموزشی درمانی حضرت رسول اکرم (ص) - تلفن: ۶۴۳۵۱

<http://hrmc.iums.ac.ir/>