



سکته مغزی



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۱/۱۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۱/۱۵

کد پمفلت: PA-۰۴-۱۰۱۱

شماره بازنگری: ۰۱

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش علوم اعصاب بالینی - واحد آموزش سلامت

عوارض احتمالی بعد از سکته:

- ایجاد لخته در پا: لخته به این دلیل ایجاد می شود که فعالیت بیمار کم شده است.

- عفونت ادراری و تنفسی: ابتلا به این عفونت ها در این بیماران بسیار بالا است. بنابراین در صورت بروز تب، تغییر رنگ و بوی ادرار و مشکلات تنفسی باید سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

- بالا آوردن سر تخت هنگام غذا خوردن و جلوگیری از دادن غذا از طریق دهان در صورتیکه بیمار قادر به قورت دادن غذا نباشد، در پیشگیری از عفونت های تنفسی مهم می باشند. توصیه می شود در وضعیت نیمه نشسته با احتیاط و قطره قطره تغذیه شود و سر به جلو خم باشد.

- بیمار باید از نظر زخم فشاری کنترل گردد.

منبع:

Merritt's Neurology Fourteenth Edición - کتاب

نورولوژی مریت ۲۰۲۲ مؤلف Dr. James M. Noble

MD MS CPH FAAN, Elan D. Louis MD MS,

Stephan A. Mayer MD

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت رایگان همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

* بیماری های قلبی: یکی از عوامل ایجاد کننده سکته مغزی، صدهای اضافی و ضربان های سریع و ناکامل قلبی است.

توصیه های مؤثر جهت پیشگیری از سکته مغزی:

* یک رژیم غذایی را انتخاب کنید که برای قلبتان مفید باشد. این رژیم غذایی باید سرشار از سبزیجات و میوه جات، کاهش مصرف نمک، مصرف مقادیر زیاد ویتامین سی و روغن ماهی امگا-۳ باشد.

* فشار خون خود را پایین بیاورید.

* روزانه حداقل ۳۰ دقیقه ورزش را فراموش نکنید.

* کلسترول خود را به شیوه های طبیعی پایین نگه دارید.

* سطح چربی خون خود را همواره در سطح قابل قبول حفظ کنید.

* از ابتلا به قند خون پیشگیری کنید و در صورت ابتلا آن را کنترل کنید.

* وزن خون را متعادل نگه دارید و اگر اضافه وزن دارید در جهت کاهش وزن خود اقدام کنید.

* استرس خود را کاهش داده و از تکنیک های تن آرامی برای آرامش بیشتر بهره بگیرید.

* اگر سیگار می کشید، حتماً سیگار کشیدن را ترک کنید.



مداخله‌جوی گرامی:

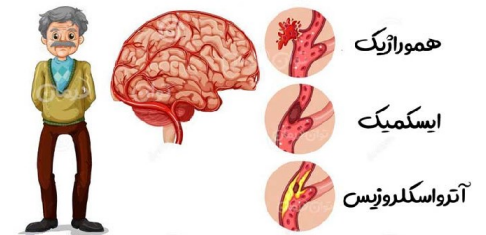
این مطالب به منظور آشنایی با بیماری سکته مغزی و مراقبت‌های لازم بعد از آن تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

سکته مغزی چیست؟

سکته مغزی زمانی اتفاق می‌افتد که جریان خون به بخشی از مغز قطع شده و جریان اکسیژن و مواد مغذی به سلول‌های مغزی متوقف می‌شود. اگر جریان خون به مغز متوقف شود، سلول‌های مغزی شروع به مردن می‌کنند. این وضعیت می‌تواند منجر به آسیب مغزی، ناتوانی و احتمالاً مرگ شود. این بیماری نه تنها افراد مسن بلکه جوانان و زنان زیادی را درگیر می‌کند.

انواع سکته مغزی:

انواع شایع سکته‌ها:



* **هموراژیک یا خونریزی دهنده:** سکته هموراژیک زمانی اتفاق می‌افتد که عروق خونی مغز پاره شده و خون به سلول‌های اطراف می‌ریزد و منجر به مردن سلول‌های مغزی می‌شود. در نتیجه این اتفاق باعث آسیب مغزی و حتی در موارد شدیدتر منجر به مرگ می‌شود.



در این نوع سکته استفاده از داروها و روش‌هایی که لخته را حل می‌کند مانند: (آسپرین، وارفارین، زالو درمانی و...) ممنوع است.

* **ایسکمیک یا انسدادی:** سکته ایسکمی زمانی ایجاد می‌شود که یک لخته خون یا توده ای باعث انسداد رگ‌ها و عروق مغزی شود.

* **آترواسکلروزیس یا لخته ای:** لخته خون اغلب با سفت شدن دیواره رگ مرتبط است که در نتیجه تجمع چربی در سطح داخلی رگ‌ها ایجاد می‌شود. بخشی از این چربی‌ها می‌تواند از توده اصلی آن جدا شده و باعث انسداد در عروق کوچک مغزی شود. دقیقاً مشابه اتفاقی که در حمله قلبی رخ می‌دهد. در آنجا نیز تکه‌ای از توده در عروق قلبی انسداد ایجاد می‌کند.

آیا می‌دانید سکته مغزی چه علائمی دارد؟

- مشکل در صحبت کردن و فهمیدن حرف‌های دیگران
- ضعف یا بی‌حسی عضلانی که اغلب فقط در یک طرف بدن حس می‌شود.
- مشکلات بینایی مانند دوبینی و یا اختلال ناگهانی دید در یک چشم
- سردرد شدید بدون دلیل ناگهانی
- کاهش تعادل، سرگیجه و گیجی

چه موقع به پزشک مراجعه کنید؟

اگر در ما علائم و نشانه‌های سکته مغزی ظاهر شد، حتی اگر احساس می‌کنید که علائم کاملاً از بین رفته است، بدون اتلاف وقت به پزشک مراجعه کنید.



عوامل خطر ساز در سکته مغزی:

شناخت عوامل خطر ساز سکته مغزی، کلید پیشگیری از آن هستند. عوامل خطر قابل کنترل و قابل پیشگیری شامل موارد زیر می‌باشد:

فشارخون بالا: فشارخون بالای کنترل نشده مهمترین علت بروز بسیاری از سکته‌های مغزی می‌باشند. فشار خون بالا احتمال ابتلا به سکته مغزی را ۴ تا ۶ برابر افزایش می‌دهد.

چاقی: چاقی خطر ابتلا به فشار خون بالا، بیماری‌های قلبی، دیابت و بالاخره سکته مغزی را افزایش می‌دهد.

اعتیاد: الکل و کوکائین علاوه بر افزایش فشارخون، احتمال بروز سکته مغزی را نیز افزایش می‌دهند.

کشیدن سیگار: سیگار می‌تواند موجب افزایش فشارخون و صدمه به رگ‌ها گردد.

تغذیه نامناسب: رژیم غذایی حاوی کلسترول بالا و میوه، سبزیجات، غلات و فیبر پایین، افراد را بیشتر در معرض سکته مغزی قرار می‌دهد.

عدم تحرک: کسانی که تحرک کمی دارند و یا ورزش منظم ندارند، بیشتر در خطر ابتلا به سکته مغزی می‌باشند.

مصرف قرص‌های ضد بارداری: اگر مصرف این قرص‌ها با مصرف سیگار همراه باشد، می‌تواند احتمال بروز سکته‌های مغزی را افزایش دهد.

