



مرکز آموزشی درمانی شفا

عنوان سند: سکتة مغزی چیست ؟

کد سند: NO-BK-237



تهیه کننده:

رویا اسفندیارپور، دلارام فرخپور
تنظیم کننده: فرحناز نریمیا سوپروایزر آموزش
سلامت

منابع: brunner and suddarth's textbook of
medical-surgical nursing 2018, mosby's
handbook of patient teaching 2006

با پزشک، پرستار یا مشاور سلامتی خود مشورت کنید. اگر مبتلا به بیماری قلبی می باشید یا قبلاً دچار سکتة مغزی شده اید، ممکن است اعضای خانواده شما در معرض خطر باشند. ایجاد تغییرات در شیوه زندگی آنها جهت کاهش میزان خطر مهم است.

شما می توانید از کتابچه ها و بروشورهای علمی جهت انتخاب زندگی سالم تر و کاهش میزان خطر، کنترل بیماری و مراقبت از افراد مورد علاقه تان استفاده کنید. دانایی توانایی است بنابراین بیشتر بیاموزید و بیشتر زندگی کنید.

در مورد سکتة مغزی آموزش های لازم را ببینید. هر چه زمان بیشتری بگذرد، مغز آسیب بیشتری می بیند. با 115 تماس بگیرید و در صورتیکه دچار علائم سکتة مغزی یا حمله قلبی را شده اید، فوراً به بیمارستان مراجعه کنید.



می توانید توانایی بلند مدت ناشی از اکثر انواع سکتة مغزی را کاهش دهند.

فوراً به بیمارستان مراجعه کنید. اگر شما دچار علائم شده اید نمی توانید به اورژانس دسترسی داشته باشید، از فردی بخواهید که شما را فوراً به بیمارستان برساند. هرگز خودتان رانندگی نکنید مگر آنکه واقعاً هیچ راه دیگری نداشته باشید.

من چگونه می توانم از سکتة مغزی پیشگیری نمایم؟

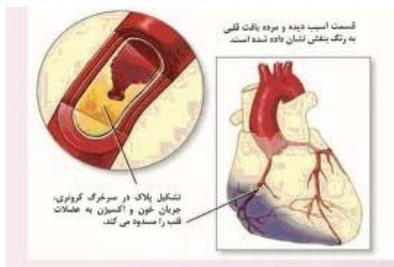
شما می توانید با انجام اقدامات زیر جان خود را نجات داده و از ایجاد ناتوانی پس از سکتة مغزی پیشگیری نمایید:

- سیگار نکشید و از افراد سیگاری دوری کنید.
- در صورت بالا بودن کلسترول خونتان آن را تحت درمان قرار دهید.
- غذاهای حاوی مقادیر پایینی از چربی اشباع، چربی ترانس، کلسترول و نمک را مصرف کنید.
- از لحاظ جسمانی فعال باشید.
- داروهای خود را طبق دستور پزشک مصرف کنید.
- وزن خود را کنترل نمایید.
- در صورتیکه دچار دیابت (بیماری قند خون) هستید، قند خون خود را کنترل کنید

علائم TIA مشابه سکته مغزی هستند. اما اغلب تنها چند دقیقه به طول می انجامند. چنانچه دچار این علائم بشوید، فوراً به بیمارستان مراجعه نمایید. پرفشاری خون کنترل نشده، کلسترول بالای خون، استعمال سیگار و بیماری قلبی شما را در معرض خطر بیشتر ابتلا به سکته مغزی قرار می دهند.

اگر من مشکوک به سکته مغزی شدم چکار باید بکنم؟

با 115 یا خدمات پزشکی اضطراری (EMS) منطقه خود (خدمات آمبولانس) فوراً تماس بگیرید همچنان بررسی کنید



که چه موقعی این علائم را تجربه کردید. بسیار مهم است که عملکرد سریعی داشته باشید. اگر در عرض 3 ساعت از آغاز علائم، داروهای ضروری تجویز شوند.

- ◀ احساس بی حسی یا ضعف ناگهانی در صورت، بازو یا پا بویژه در یک طرف بدن.
- ◀ مشکل ناگهانی در دید یک یا هر دو چشم
- ◀ مشکل ناگهانی در درک مفاهیم یا صحبت کردن با فرد دیگر.
- ◀ احساس سرگیجه یا عدم تعادل ناگهانی.

سکته مغزی چگونه رخ می دهد؟

سکته مغزی زمانی رخ می دهد که یک رگ خونی تغذیه کننده مغز، دچار پارگی یا انسداد گردد. بنابراین آن قسمتی از مغز که توسط آن رگ تغذیه می شود همچنین بخش هایی از بدن که توسط آن قسمت کنترل می شوند، دیگر کار نمی کنند.

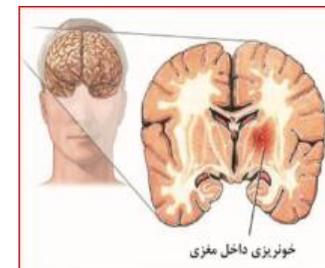
TIA ها یا حمله گذاری ایسکمیک (کاهش

خونسازی)، سکته های هشدار دهنده ای هستند که پیش از سکته اصلی رخ می دهند. آنها زمانی رخ می دهند که لخته خون یک سرخرگ را برای مدت کوتاهی دچار انسداد نماید. سلولهای مغزی جهت انجام فعلیتشان نیازمند خون، اکسیژن و مواد غذایی هستند. زمانی که جریان خون قطع شود، ممکن است شما دچار حمله گذاری کاهش خونسازی به مغز (TIA) یا سکته مغزی گردید.

علائم هشدار دهنده سکته مغزی کدامند؟

سکته مغزی یکی از علت های عمده ناتوانی طولانی مدت و شدید می باشد افراد 55 ساله و بزرگتر، بیشتر در معرض خطر ابتلا به سکته مغزی می باشند و با افزایش سن میزان این خطر بیشتر می شود.

مردان و افراد دچار دیابت با بیماری قلبی در معرض بیشترین خطر ابتلا به سکته مغزی هستند. خبر خوب این است که در حال حاضر افراد بسیاری با سابقه قبلی سکته مغزی زنده هستند آگاهی از علائم سکته مغزی مهم است. اگر شما سریع عمل کنید و فوراً به پزشک مراجعه



نمایید، می توانید از یک سکته وسیع مغزی پیشگیری نموده و جانتان را نجات دهید. شما و خانواده تان می بایست در مورد علائم هشدار دهنده سکته مغزی که در زیر بیان شده اند، اطلاعات لازم را بدست بیاورید.

ممکن است شما برخی ز این علائم با تمامی آن ها را داشته باشید: