



بهدارستان سیدالشهداء (ع)

سکته مغزی

کد: GCC-PA-094/02



واحد آموزش همگانی

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۲/۰۴

توان بخشی سکته مغزی: توان بخشی بدنی

ناتوان شدن عضلات و از میان رفتن تعادل بدن از جمله متداول ترین عوارض سکته مغزی است. چنین عوارضی می تواند توانایی راه رفتن را از بیماران بگیرند و در فعالیت های روزانه شان خلل ایجاد کنند. توان بخشی فیزیکی روش موثری است برای به دست آوردن تعادل و هماهنگی عضلات بدنمی تواند علایم و نشانه های افسردگی را در بازماندگان سکته مغزی شناسایی و درمان و توانایی نوشتن، استفاده از قاشق و چنگال و ...

توان بخشی سکته مغزی: 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.

زندگی پس از سکته مغزی

بیش از نیمی از افرادی که سکته مغزی 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

منابع:

برونر، سوارث. پرستاری داخلی جراحی، مغز و اعصاب

پیشگیری کردن از سکته مغزی: داروها

پزشکان برای افرادی که احتمال دارد سکته مغزی کنند داروهایی تجویز می کنند تا احتمال بروز سکته را کاهش دهند. داروهای ضد لخته خون، مثل آسپرین، پلاکت های خون را حفظ می کنند که سبب ایجاد لخته می شوند. داروهای ضد لخته خون، مانند وارفارین، برای بازماندگان سکته مغزی تجویز می شوند تا به بیداری بخش خاموش مغزشان کمک کنند. افرادی که از فشار خون بالا رنج می برند برای درمان این بیماری باید به پزشک مراجعه کنند.

پیشگیری کردن از سکته مغزی: جراحی

در برخی از موارد، سکته مغزی در نتیجه تنگ شدن شریان کاروتید ایجاد می شود. پزشکان، افرادی را که سکته مغزی خفیف یا زود گذر کرده اند را جراحی می کنند و پلاکت ها را از دیواره این شریان پاک می کنند.

پیشگیری کردن از سکته مغزی: بالون و استنت

در برخی موارد، پزشکان برای باز کردن شریان کاروتید از آنژیو پلاستی برای قرار دادن بالون و استنت استفاده می کنند.

توان بخشی سکته مغزی: گفتار درمانی

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

سکته مغزی

سکته مغزی، زمانی اتفاق می افتد که رگی خونی در مغز مسدود یا منفجر شود. بدون درمان، سلول های مغز به سرعت می میرند. نتیجه می تواند ناتوانی جدی اندام های بدن یا مرگ باشد. اگر فردی که دوست دارید، علائم و نشانه های سکته مغزی را بروز داد باید بلافاصله با اورژانس تماس بگیرید و کمک بخواهید.

علائم و نشانه های سکته مغزی

- 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

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 انفجار رگ خونی ضعیف می شود.

عوامل خطر زای بیماری های مزمن

بیماری های مزمن سبب افزایش احتمال بروز سکته مغزی می شوند.

بیماری های مزمن عبارتند از:

- فشار خون بالا
- کلسترول بالا
- دیابت
- چاقی

کنترل و درمان بیماری های فوق احتمال بروز سکته مغزی را به شدت کاهش می دهد.

عوامل خطر زای رفتارها

رفتارهای نامناسب و خطر زای زیر خطر بروز سکته مغزی را به شدت

- افزایش می دهند:
- مصرف دخانیات
- ورزش نکردن
- نوشیدن الکل



عوامل خطر زای 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.

پیشگیری کردن 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

