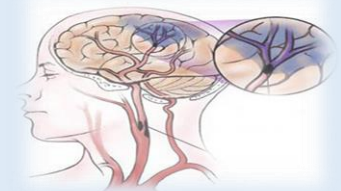


سکته مغزی

سکته مغزی هنگامی اتفاق می افتد که جریان خون قسمتی از مغز کاهش یافته یا قطع می شود. این امر باعث می شود که رسیدن اکسیژن و مواد غذایی به مغز مختل شود. در این حالت ، سلول های مغزی در عرض چند دقیقه از بین می روند. سکته مغزی یک اورژانس پزشکی است و درمان آن باید بلافاصله انجام شود. اقدامات سریع می تواند میزات تخریب سلول های مغزی را کاهش داده و از عوارض بعدی جلوگیری کند.

عوامل خطر ز

- افزایش وزن یا چاقی
- بی تحرکی
- مصرف الکل و دخانیات
- فشارخون بالا



- چربی خون بالا
- دیابت
- بیماری های قلبی عروقی
- سن (سن بالای ۵۵ سال ریسک بیشتری دارد.)
- جنس (مردان ریسک بیشتری دارند.)
- استفاده از قرص های ضدبارداری یا هورمون های استروژن

برخی از عوامل خطرزا مثل سن و جنس غیرقابل تغییر هستند ولی سایر آنها با داشتن رژیم غذایی مناسب و فعالیت های ورزشی و همچنین تغییر شیوه زندگی قابل کنترل می باشند.

پیشگیری

- استفاده از رژیم غذایی کم چرب و مصرف سبزیجات و میوه ها در رژیم غذایی روزانه
- عدم استفاده از دخانیات
- کنترل طبی هرگونه اختلال : دیابت - فشارخون بالا - چربی خون بالا
- ورزش منظم
- کنترل مرتب فشار خون و قطع نکردن خودسرانه دارو



- بروز ناگهانی ضعف و بی حسی در یک طرف بدن
- بروز ناگهانی سردردهای بدون علت
- تغییر ناگهانی دید در یک یا دو چشم
- دشوار شدن بلع غذا
- بروز مشکلات ناگهانی در صحبت کردن ، درک صحبت و شناخت دیگران
- احساس بی حسی یا فلج ناگهانی در یک طرف صورت و دست یا پای یک طرف بدن
- کاهش ناگهانی قدرت بدن و قوای جسمی
- به هم خوردن تعادل بدن که احتمالا با تهوع و استفراغ ، سکسکه ، تب همراه است.
- بی اختیاری ادرار و مدفوع

اقدامات مراقبتی

- در صورت مشاهده هر یک از نشانه های یاد شده به سرعت باید با اورژانس تماس گرفته شود تا بیمار به نزدیکترین مرکز درمانی منتقل شود.
- اگر زمان مناسب از دست داده نشود ، شرایط بیمار قابل درمان است .
- زمان طلایی برای اقدامات درمانی در سکته مغزی ، سه ساعت نخست پس از بروز اولین نشانه است . بنابراین فرصت را از دست ندهید .
- هر یک دقیقه حیاتی است. زمان شروع علایم سکته مغزی را به پزشک اعلام نمایید.

منابع: پرستاری داخلی جراحی برونر سوارث ۲۰۱۸

سایت ارتقاء سلامت دانشگاه علوم پزشکی فارس

تهیه کننده : طیبه روستا کارشناس پرستاری

تأیید کننده: دکتر پگاه کتیبه فوق تخصص مغز و اعصاب کودکان

واحد آموزش ارتقاء سلامت

تابستان ۱۴۰۰