

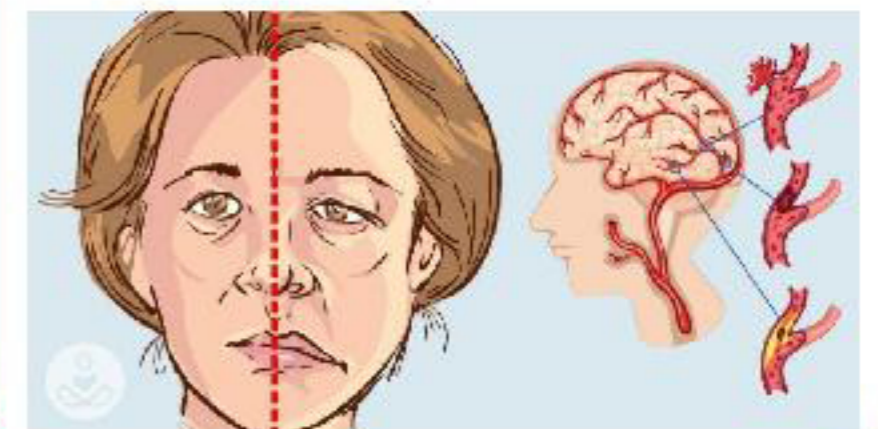
## سکته مغزی

حادثه مغزی - عروقی معمولا سکته نامیده می‌شود. در تعریف به معنای کاهش ناگهانی تامین جریان خون برای مغز است که توسط اختلال در رگهای خونی ورودی مغز بوجود می‌آید. در نتیجه فقدان اکسیژن سبب می‌شود که بافت مغز آسیب ببیند یا حتی نابود شود. سکته مغزی در اثر خونریزی مغزی نیز اتفاق می‌افتد. بیمار ناگهان به حالت اغما و بی‌هوشی می‌افتد که ساعتها و روزها ادامه دارد و اغلب با فلج نیمی از بدن و فلج صورت و دفع غیر ارادی ادرار و مدفوع همراه است.



## علائم شایع

- سکته ناگهانی در اندام یا گرفتگی و ناتوانی در کنترل عضلات
- عدم توانایی حرکت دادن بخشی از بدن
- کاهش هوشیاری
- عدم توانایی تکلم
- سردرد و گیجی
- اختلالات بینایی
- بی‌اقتبالی مدفوع یا ادرار



## علائم هشدار دهنده سکته مغزی

- ♦ احساس ضعف یا بی‌حسی ناگهانی در صورت، بازو یا پا بویژه در یک طرف بدن
- ♦ کاهش سطح هوشیاری
- ♦ مشکل در مفاهیم یا صحبت کردن به شکل ناگهانی
- ♦ مشکل ناگهانی در دید یک یا هر دو چشم
- ♦ اختلال در راه رفتن، سرگیجه، عدم تعادل یا عدم هماهنگی ناگهانی
- ♦ سردرد شدید ناگهانی بدون علت

## علائم سکته مغزی



**سعی کنید در مورد سکته مغزی آموزش های لازم را ببینید.**

هرچه زمان بیشتری بگذرد، مغز آسیب بیشتری می‌بیند. با ۱۱۵ تماس بگیرید و در صورتیکه علائم سکته مغزی یا حمله قلبی را تجربه کرده اید، فوراً به بیمارستان مراجعه کنید.

## عوامل تشدید کننده بیماری:

سیگار کشیدن، چاقی، رژیم غذایی پر چرب یا پر نمک، سن بیش از ۶۰ سال، فشار خون بالا، بیماری شریان کرونر، دیابت شیرین

## علل

(۱) فشار خون بالا

(۲) سفت و سخت شدن عروق

(۳) مسدود شدن جریان خون در اثر تنگی یا بسته شدن یک شریان

(۴) آمبولی که در آن بخش کوچکی از رسوب چربی یا یک لخته خونی کوچک از یک رگ مبتلا یا قلب به مغز می‌رود

(۵) خونریزی مغزی که در آن یک رگ خونی مغز پاره شده، به بافت مغزی اطراف خود خونریزی می‌کند

## پیشگیری

- بطور منظم ورزش کنید. سیگار نکشید.
- از رژیم غذایی کم‌چربی استفاده کنید.
- کنترل طبی هرگونه اختلال مزمن (مثل دیابت شیرین).
- فشار خون خود را مرتب کنترل کنید. اگر بالا باشد، به پزشک خود مراجعه کنید

(۱) وضعیت بدن را هر **دو ساعت یکبار** تغییر دهید برای قراردادن بیمار در وضعیت خوابیده به پهلو قبل از

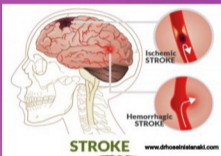
## خود مراقبتی در سکته مغزی

چرخاندن وی می‌بایست مابین پاها بالش قرار دهید. و جهت جلو گیری از بروز ورم و بهبود جریات خون برگشتی خون نباید ران را خیلی خم کرد





## سکته مغزی



تهیه کننده: علی اکبر آکبر پور

کارشناس ارشد پرستاری، سوپر وایزر آموزش سلامت

تاریخ تهیه: ۱۴۰۲/۰۶/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۶/۰۱

جهت دیدن فایل های بیشتر به سایت بیمارستان مراجعه نمایید.

## دارو ها و رژیم غذایی:

داروهای ضد انعقادی برای کاهش احتمال تشکیل لخته

داروهای ضد پرفشاری قون در صورت ابتلا به فشار قون بالا

در ابتدا ممکن است تغذیه با استفاده از لوله معده ضرورت یابد و سپس بتوانید از غذاهای صاف شده و یا معمولی استفاده کنید. غذایی را بپذیرید که کم نمک و کم چربی باشد.

با استفاده از بالشی در زیر بغل از نزدیک شدن شانه به بدن جلوگیری کنید برای پیشگیری از ورم و آسیب بازوی مبتلا را بالا ببرید.

۲) به بیمار آموزش دهید که انگشتان خود را به هم قلاب نکند و کتف را به جلو کشیده و هر دودست را به سمت بالای سر بلند کند و در طول روز تکرار شود.

۳) بیمار را تشویق کنید تا سمت آسیب دیده را در دفعاتی طی روز ورزش دهید.

۴) دوره های مکرر اما کوتاهی برای ورزش برنامه ریزی کنید. انتهای انتهای آسیب دیده را ورزش دهید.

۵) هر چه زودتر باید بیمار را در پایین از تخت یاری نمایید.

۶) به محض اینکه بیمار توانست بنشیند باید وی را تشویق نمود تا به بهداشت و نظافت شخصی خود بپردازد

۷) بهتر است رژیم غذایی بیمار با پوره یا مایعات غلیظ آغاز شود.

۸) در هنگام تغذیه بیمار حالت نیمه نشسته و ترجیحا خارج از تخت و روی صندلی باشد

۹) تعبیه سطوح شیب دار به جای پله در ورودیهای منزل و نیز دستگیره در کنار وان حمام و دستشویی در نظر گرفته شود.

۱۰) پوست بیمار خشک و تمیز نگه داشته شود.

منبع: بیماری های اعصاب برونر سودارت چاپ

۲۰۱۸