

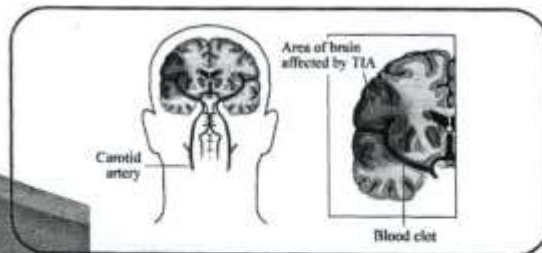


مرکز آموزشی درمانی
۵۱۵ نخبه‌خواهی امام رضا (ع)

حمله ایسکمیک گذرا

آموزش به مددجو

- 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
- احساس سردرد بسیار شدید و ناگهانی بدون علت مشخص.
- من چگونه می توانم از سکته مغزی پیشگیری نمایم؟**
- شما می توانید با انجام اقدامات زیر جان خود را نجات داده و از ایجاد ناتوانی پس از سکته مغزی پیشگیری نمایید.
- سیگار نکشید و از افراد سیگاری دوری کنید.
- در صورت بالا بودن کلسترول خونتان، آنرا 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 کنید.
- در صورتی که دچار دیابت (بیماری قندخون) هستید، قند خون خود را کنترل کنید.



فعالیت

اگر مکرراً دچار حمله ایسکمیک گذرا می شوید، رانندگی نکنید در اماکن مرتفع کار نکنید و با ماشین الات کار نکنید.

رژیم غذایی

از یک رژیم غذایی طبیعی و کاملاً متعادل استفاده کنید که نمک و چربی و به ویژه چربی اشباع شده کمی داشته باشد.

در این شرایط به پزشک خود مراجعه کنید:

اگر خود یا یکی از اعضای خانواده تان علائم حمله ایسکمیک گذرا را داشته باشید. اگر پس از تشخیص علائم حمله ایسکمیک گذرا عود کنند و بیش از ۲ ساعت پایدار بمانند.

علائم هشدار دهنده سکته مغزی کدامند؟

سکته مغزی یکی از علتهای عمده ناتوانی طولانی مدت و شدید می باشد. افراد ۵۵ 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 یا بیماری قلبی در معرض بیشترین خطر ابتلا به سکته مغزی می باشند. 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 به دست بیاورید. ممکن است شما برخی از این علائم یا تمامی آنها را داشته باشید.

- احساس بی حسی یا ضعف ناگهانی در صورت، بازو یا پا بویژه در یک طرف بدن.

حمله ایسکمیک گذرا عبارت است از کاهش موقتی خون‌رسانی به بخشی از مغز. بخش آسیب دیده مغز موقتاً کارکرد طبیعی خود را از دست می‌دهد. بیشتر، افراد بالای ۴۰ سال مبتلا می‌گردند. بهبودی تقریباً همیشه کامل است.

علائم شایع

- ۱- از دست رفتن کارکرد عضلات در یک طرف بدن
- ۲- سردرد
- ۳- گیجی
- ۴- گزگز در اندام‌های فوقانی و تحتانی
- ۵- کرختی
- ۶- اختلال بینایی یا کوری گذرا در یک چشم
- ۷- منگی
- ۸- غش بدون کاهش هوشیاری

علل بیماری

حملات ایسکمیک گذرا ناشی از انسداد نسبی یک شریان کوچک مغز یا یک شریان بزرگتر (معمولاً شریان کاروتید در گردن) هستند که خون را به شریان‌های مغز می‌رساند. انسداد غالباً حاصل یک لخته کوچک از قلب یا رگ خونی است که رها می‌شود و به مغز می‌رسد. این امر باعث کاهش موقتی جریان خون به بخشی از مغز و ایجاد علائم شبیه سکته مغزی می‌گردد.

عوامل افزایش دهنده خطر

- ۱- سیگار کشیدن
- ۲- دیابت شیرین
- ۳- حمله قلبی
- ۴- بیماری قلبی

۵- پلی سیتمی (پر خونی)

۶- سابقه طبی شخصی یا خانوادگی فشار خون بالا و تصلب

شراین

پیشگیری

- ۱- سیگار نکشید.
- ۲- از توصیه‌های قسمت رژیم غذایی پیروی کنید.
- ۳- اسپیرین روزانه ممکن است کمک کند. از پزشک خود در این مورد سؤال کنید.
- ۴- حداقل ۳ بار در هفته ورزش کنید تا از وضعیت قلبی-عروقی خوبی برخوردار شوید.
- ۵- مرتب فشار خون خود را کنترل کنید اگر بالا باشد، برای درمان جهت کاهش آن، از توصیه پزشک بهره‌گیرید.

عواقب مورد انتظار

حملات ایسکمیک گذرا معمولاً نشانه‌هایی از یک سکته مغزی قریب الوقوع هستند. این حملات باید درمان شوند تا خطر سکته مغزی در آینده که ممکن است باعث آسیب مغزی خطرناک و پایدار گردد، کاهش یابد. احتمال وقوع حملات ایسکمیک گذرا وجود دارد. شخص ممکن است دچار چندین حمله در روز یا تنها ۲-۳ حمله در چند سال گردد. علائم هر حمله ممکن است مشابه یا کاملاً متفاوت از سایر حملات باشند. در برخی بیماران، علائم بدن باقی گذاشتن آسیب پایدار مکرراً ظاهر می‌شوند.

عوارض احتمالی

سکته مغزی، بدون درمان حدود ۵۰٪ از بیماران دچار حمله ایسکمیک گذرا در عرض ۵ ساله دچار سکته مغزی می‌شوند.

درمان

آزمون‌های تشخیصی می‌توانند شامل آزمون‌های آزمایشگاهی خون، نوار قلب (روش تشخیصی بیمارهای قلب با اندازه‌گیری فعالیت الکتروویکی قلب (راديو گرافي قلب، ریه‌ها و جریان خون (آنژیوگرافی) و سونوگرافی باشند. درمان ممکن است شامل داروها، کنترل عوامل خطر (دیابت شیرین، پرفشار خون، بیماری قلبی و غیره) و تغییر شیوه زندگی باشد. سیگار را ترک کنید.

برای کمک به ترک، از مشاوره استفاده کنید، به گروه‌های حمایتی ملحق شوید یا سایر روش‌ها را بیابید. جراحی (اندآرتکتومی) برای برداشتن پلاک‌ها (رسوبات چربی) از شریان‌های کاروتید در گردن

داروها

ضد انعقادها مثل وارفارین برای کاهش تشکیل لخته‌های خونی، اسپیرین روزانه، اسپیرین می‌تواند تشکیل لخته را چنان کاهش دهد که احتمال ایجاد سکته مغزی به دنبال حملات ایسکمیک گذرا را کاهش دهد. اسپیرین در مردان مؤثرتر از زنان به نظر می‌رسد. تیکلوپیدین برای افرادی که نمی‌توانند اسپیرین بخورند.