

CZYM JEST UDAR MÓZGU?

Udar mózgu jest spowodowany zaburzeniami przepływu krwi do jakiegoś obszaru mózgu. Zaburzenia te, mogą powstać z powodu:

- Zablokowania lub zwężenia naczyń krwionośnych w wyniku uszkodzenia bądź procesu chorobowego. W konsekwencji prowadzi to do zatrzymania przepływu krwi, przez co, niektóre części mózgu mogą nie zostać zaopatrzone w tlen i składniki odżywcze.
- Pęknięcia naczyń krwionośnych, w wyniku którego krew zalewa mózg i powoduje jego uszkodzenie.

JAK ROZPOZNAĆ UDAR MÓZGU? Pierwsze objawy:

- nagłe osłabienie lub drętwienie mięśni twarzy, ręki lub nogi, zwłaszcza po jednej stronie ciała,
- nagłe zaburzenia mowy,
- nagłe zaburzenia widzenia,
- nagłe zawroty głowy, zaburzenia równowagi, trudności w poruszaniu się, upadki,
- zaburzenia świadomości,
- nagły, silny ból głowy o niejasnej przyczynie.

Udar mózgu charakteryzuje się tym, że pojawia się nagle i bez ostrzeżenia! **NIGDY** nie wolno bagatelizować tych objawów, należy działać **NATYCHMIAST** ponieważ to właśnie **CZAS** jest jednym z najważniejszych czynników decydujących o możliwości właściwego leczenia.

Warunkiem skutecznego leczenia jest jego rozpoczęcie przed upływem 4 godzin od wystąpienia pierwszych objawów. Dlatego niezwykle ważne jest aby chory w jak najkrótszym czasie dotarł do specjalistycznego ośrodka prowadzącego leczenie udarów mózgu.

JAKIE PROBLEMY CZĘSTO WYSTĘPUJĄ U PACJENTÓW PO PRZEBYTYM UDARZE MÓZGU?

U osób po udarze mogą występować następujące problemy:

- częściowa utrata siły mięśniowej lub porażenie po jednej stronie ciała,
- sztywność ręki, dłoni i/lub nogi,
- trudności w utrzymaniu równowagi,
- trudności w mówieniu lub rozumieniu mowy,
- utrata czucia po osłabionej stronie ciała,
- pozorny stan splątania i trudności z przypomnieniem,
- zapominanie o osłabionej stronie ciała bądź jej ignorowanie.

JAK USPRAWNIAĆ OSOBĘ PO UDARZE MÓZGU?

- Zachęcać do samodzielnego wykonywania czynności wokół siebie.
- Nie wyręczać! Pomimo trudności chory dzięki podejmowaniu prób wykonywania czynności samodzielne, buduje na nowo swoją wartość jako dorosłego, sprawnego człowieka.
- Wprowadzenie rutyny - spożywanie wspólnych posiłków z rodziną, spędzanie razem czasu, zorganizowanie ciekawych zajęć, które pacjent wykonywał przed chorobą.

CZY OSOBY PO UDARZE OSIĄGAJĄ POPRAWĘ STANU ZDROWIA?

Należy pamiętać, że każdy udar mózgu jest inny. Zależy to przede wszystkim od tego, jaka część mózgu została uszkodzona.

- Zazwyczaj osoby po udarze odzyskują poprawę stanu zdrowia, lecz potrzebny jest dość długi czas.
- Większość ludzi odzyskuje umiejętność chodzenia, lecz może on być mało stabilny przez co może dochodzić do upadków.
- U niektórych osób występują zaburzenia połykania, przy których należy stosować odpowiednią dietę. Przeważnie jest to dieta o charakterze papki, a wszelkie płyny są zagęszczane. Należy pamiętać o prawidłowym ułożeniu głowy podczas podawania posiłków (u wielu z pacjentów ta dysfunkcja po czasie zanika).

JAKIE PROBLEMY Z KOMUNIKACJĄ WYSTĘPUJĄ U OSÓB PO PRZEBYTYM UDARZE MÓZGU?

- Trudności ze zrozumieniem wypowiedzianej treści.
- Niezdolność do znalezienia lub dobrania odpowiednich słów.
- Mówienie w obcym, niezrozumiałym języku bądź wymyślanie nieistniejących słów.

Co należy zrobić?

- Być cierpliwym! Wyzrozumiałym! Nie wyśmiewać! Wysłuchiwać!
- Przypominać osobie chorej, aby mówiła powoli i wyraźnie, w razie potrzeby poprosić o powtórzenie.
- Jeżeli chory nie jest w stanie wypowiadać słów, zachęcić do gestykulowania rękami i wskazywania na przedmioty.
- Zadawać pytania w taki sposób, aby chory mógł odpowiadać "tak" lub "nie".
- Używać krótkich, prostych słów, zdań.
- Mówić powoli i wyraźnie.
- Nie krzyczeć.

JAKIE PROBLEMY MOGĄ WYSTĘPOWAĆ U PACJENTÓW PO PRZEBYTYM UDARZE MÓZGU? DO KOGO SIĘ ZGŁOSIĆ O POMOC?

- Ból osłabionych/porażonych kończyn → Fizjoterapeuta/terapeuta zajęciowy.
- Problemy z zachowaniem → Terapeuta zajęciowy/psycholog kliniczny/pracownik socjalny.
- Dysfagia/Aspiracja pokarmowa → Terapeuta mowy/Pielęgniarka.
- Napięcie mięśniowe/skurcze mięśni → Fizjoterapeuta.
- Depresja → Ośrodek/Lekarz/Terapeuta zajęciowy/pracownik socjalny.

U osób, które zachorowały na udar mózgu najważniejsze jest to, aby mieć przy sobie bliskich, swoją rodzinę. Chorzy jak najszybciej chcieliby wrócić do pełnej sprawności, ale przede wszystkim zostać w pełni zaakceptowanymi ze swoimi dysfunkcjami. To najbliżsi są motywacją dla pacjenta aby walczyć o siebie, o swoje zdrowie. Oprócz codziennego usprawniania, należy również pamiętać o regularnym przyjmowaniu zleconych leków, ponieważ udar mózgu jest chorobą, która może nawracać a źle prowadzone leczenie może prowadzić do zgonu. Dlatego tak ważne jest szybkie zareagowanie przy pojawieniu się pierwszych symptomów udaru mózgu, aby móc jak najszybciej wprowadzić odpowiednie leczenie i zmniejszyć ryzyko zgonu i niesprawności.