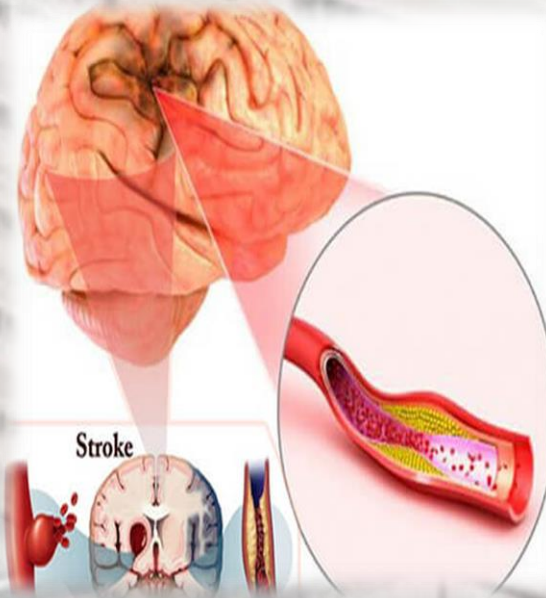




*وزن خود را کنترل نمایید.

*از یوگا و روشهای خودآرامی استفاده کنید.

* در طول روز به اندازه کافی آب بنوشید.



مراقبتهای پرستاری:

پیشگیری همیشه بهتر از درمان است. بنابراین با رعایت موارد زیر به پیشگیری از بروز سکتته های مغزی کمک نمایید.

* فشار خون خود را کنترل کنید.

* دیابت خود را کنترل کنید.

* بی نظمی های قلبی خود را درمان کنید .

*از مصرف سیگار پرهیزید .

*از مصرف الکل پرهیز کنید.

* از رژیمهای غذایی پر چرب و پر نمک پرهیز کنید .

*از میوه جات و سبزیجات استفاده کنید .

*ورزش سبک انجام دهید .

*از غذاهای آب پز به جای سرخ کرده استفاده کنید.

*مصرف گوشت قرمز را محدود و به جای آن از مرغ و ماهی استفاده کنید.

*زندگی سالم بدور از استرس و اضطراب و نگرانی داشته باشید.



حملات ایسکمی زودگذر مغزی

(سکتته خفیف یا TIA)

مرکز آموزشی درمانی آیت اله کاشانی شهرکرد

آدرس: شهرکرد - خیابان پرستار ۹-۳۲۲۶۴۸۲۵-۳۸

Kashanihp.skums.ac.ir

واحد آموزش به بیمار

کد: PE/NUR -KH-01-12

حملات ایسکمی گذرای مغزی

ناشی از وجود اختلال در جریان طبیعی خون در مغز است که معمولاً به شکل نقصان ناگهانی حرکتی و حسی یا بینائی ظاهر میشود و چند ثانیه تا چند دقیقه ادامه مییابد ولی هیچگاه بیش از 24 ساعت طول نمیکشد. بین حملات معمولاً بیمار بهبودی کامل پیدا میکند.

(ایسکمی: هرگاه ناحیه ای از بدن در اثر گرفتگی عروق دچار کم خونی گردد، گفته میشود آن ناحیه دچار ایسکمی شده است)

علائم:

- سرگیجه
- دو بینی
- دید تار
- گیجی
- ختلال در تکلم
- اختلال در بلع
- ضعف و بی حسی در یک سمت از بدن
- بی حسی لب
- درجات خفیفی از کج شدن دهان

حمله های موقت مغزی، گذرا هستند هرچند که این وضعیت هشدار است برای سکتته قریب الوقوع.

در صورت بروز نشانه های زیر بلافاصله به نزدیکترین مرکز درمانی مراجعه نمایید:

- کوری ناگهانی و بدون درد در یک چشم یا تاریک شدن ناگهانی میدان بینایی
- در یک چشم
- سرگیجه
- دوبینی
- اختلالات سطح هوشیاری
- احساس سستی و ضعف در دست و پا
- اشکال در صحبت کردن
- اشکال در فهم صحبت ها



تست های تشخیصی یا راه های تشخیص عبارتند از

- معاینه دقیق بیمار
- انجام آزمایشات خون
- نوار قلب
- اکوکاردیوگرافی
- سی تی اسکن
- سونوگرافی عروق گردن و مغز
- آنژیوگرافی

درمان:

- * دارو درمانی که معمولاً از داروهای ضد انعقاد و ضد پلاکت استفاده می شود.
- * از بالون و فنر (استنت) جهت رگهای تنگ شده استفاده میشود.
- * برای کنترل علائم و پیشگیری از بروز سکتته ممکن است نیاز به بستری شدن وجود داشته باشد.