

* حوادث عروقی مغز، به کلیه عملکردهای غیر طبیعی سیستم عصبی مرکزی اطلاق می شود که در اثر اختلال در سیستم طبیعی خونرسانی مغز بوجود می آید.

* عوامل خطرزا در ایجاد سکته مغزی:

- ۱- سن بالا
- ۲- افزایش چربی خون
- ۳- دیابت
- ۴- افزایش فشارخون
- ۵- چاقی
- ۶- الکل
- ۷- سیگار
- ۸- سابقه خانوادگی
- ۹- تنگی عروق گردن
- ۱۰- عروق غیر طبیعی مادر زادی
- ۱۱- اختلال در سیستم انعقادی خون

* مراقبت ها:

- ۱- بیمار هر ۲ تا ۳ ساعت تغییر وضعیت داده می شود.
- ۲- تشک بیمار باید نسبتاً سفت باشد.
- ۳- زیر سر بیمار حتی الامکان پایین باشد.
- ۴- اتاق بیمار باید گرم، کم سروصدا و با نور ملایم باشد و استرس به بیمار وارد نگردد.
- ۵- ورزش هایی غیرفعال در محدوده حرکتی مفاصل به منظور پیشگیری از ایجاد تغییر شکل اندام لازم است.
- ۶- لوازم شخصی بیمار در سمت غیر مبتلای بیمار قرار گیرد.
- ۷- در هنگام نشستن راستای تنه حفظ شود.
- ۸- رژیم غذایی کم چرب و کم نمک و پر فیبر توصیه می شود.
- ۹- روزانه ۶ تا ۸ لیوان مایعات باید مصرف شود.
- ۱۰- در ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول سکته مغزی بیمار نباید چیزی بخورد و اگر بیمار در کما باشد تغذیه با لوله صورت می گیرد. در صورت هوشیار بودن بیمار رژیم غذایی از راه دهان و مایعات صاف شده می باشد. در صورتی که بلع بیمار کامل باشد مواد غذایی به صورت مایع غلیظ یا جامد نرم مصرف می شود. غلظت مایعات بر حسب تحمل بیمار می باشد.

- ۱۱- جهت جلوگیری از افزایش فشار داخل جمجمه، از سرفه کردن و زور زدن، فشار آوردن بر تخت حین بلندشدن اجتناب شود.
- ۱۲- برای تحریک کردن حس شنوایی از رادیو، تلویزیون، صحبت با بیمار استفاده شود.
- ۱۳- برای تحریک حس بویایی از عطر ملایم، گل استفاده شود.
- ۱۴- برای تحریک حس لامسه، از لمس پوست و ماساژ با پمادهای مختلف توصیه می شود.
- ۱۵- برای تحریک حس بینایی، محیطی آرام برای بیمار فراهم شود و اطرافیان لباس های رنگی و شاد بپوشند.
- ۱۶- برای اصلاح گفتار با تقویت عضلات ضعیف از طریق تمریناتی برای زبان، لب ها، فک استفاده شود.
- ۱۷- ایمنی بیمار حفظ شود: جلوگیری از سقوط بیمار، با توصیه به بالا بودن دائمی نرده های کنار تخت بیمار، استفاده از عصا یا واکر یا صندلی چرخدار.
- ۱۸- جهت جلوگیری از زخم شدن پوست، پوست بیمار تمیز و خشک نگه داشته شود و جهت جلوگیری از هرگونه فشار به پوست تغییر وضعیت مکرر و ماساژ مناطق تحت فشار توصیه می شود.



میلا

سکته مغزی



غذاهای ضد التهاب در پیشگیری از سکته مغزی موثر است



در صورت علائم زیر به بیمارستان یا پزشک اطلاع دهید:

- ۱- سردرد
- ۲- تب
- ۳- تغییرات سطح هوشیاری
- ۴- تغییرات بینایی
- ۵- تشنج
- ۶- تنگی نفس
- ۷- تورم چشم و صورت
- ۸- تغییر ضربان قلب
- ۹- ادرار یا مدفوع خونی ، خون دماغ ، خونریزی های پوستی
- ۱۰- سرگیجه

- ۱۹- جهت جلوگیری از عوارض ریوی توصیه می شود که بیمار تنفس داشته باشد.
- ۲۰- رعایت بهداشت دهان و دندان نیز توصیه می شود.
- ۲۱- در صورت فلج چشم در هنگام خواب چشم بیمار پوشانده شود و از پماد چشمی و یا قطره اشک مصنوعی استفاده شود.
- ۲۲- جهت استحمام بیمار را بر روی یک صندلی بنشانید و درجه حرارت آب را جهت جلوگیری از سوختگی پوست کنترل کنید.
- ۲۳- توصیه می شود از لباس های دکمه دار و کمی بزرگتر از سایز نرمال استفاده شود.
- ۲۴- جهت کنترل ادرار و مدفوع در ابتدا از لگن استفاده شود و زمان منظمی برای توالی در نظر گرفته شود. جهت کنترل یبوست از رژیم غذایی پر فیبر و مایعات کافی استفاده شود.
- ۲۵- جهت حمایت عاطفی ، بیمار تشویق به تفریحات و برنامه های سرگرم کننده شود.
- ۲۶- از مصرف سیگار اجتناب شود.
- ۲۷- استرس و اضطراب تعدیل شود.