



السكتة الدماغية

ما هي السكتة الدماغية؟

السكتة الدماغية هي حالة طبية تحدث عندما يتوقف تدفق الدم إلى الجزء الدماغى مما يؤدي إلى عدم توفير الأكسجين والمواد الغذائية الضرورية للدماغ تنقسم السكتة الدماغية إلى نوعين :

النوع النزفي حيث يحدث نزيف داخل الدماغ والنوع الإقفاري أو نقص التروية: حيث يحدث انسداد في الشرايين تؤدي إلى تلف في الأنسجة الدماغية

إذا كان هناك شك في حدوث سكتة دماغية، يجب الحصول على المساعدة الطبية على الفور لتقديم العلاج المناسب .

كيف تؤثر السكتات الدماغية على الأشخاص؟

تعتمد تأثيرات السكتة الدماغية على الكثير من الأمور، بما في ذلك :

- نوع السكتة الدماغية
 - الجزء المتأثر من الدماغ ومدى تأثيره
 - مدى سرعة علاج السكتة الدماغية
- وتعد السكتة الدماغية أحد الأسباب الرئيسية للوفاة والإعاقة في العالم

ما هي أعراض السكتة الدماغية؟

- عادةً ما تبدأ أعراض السكتة الدماغية فجأة .
- إحدى الطرق التي تساعد في تذكر أعراض السكتة الدماغية هي :
- هل يجد الشخص صعوبة في الوقوف أو المشي؟
 - هل يواجه الشخص مشكلة في الرؤية؟



السكتة الدماغية

ما هي أعراض السكتة الدماغية؟

- هل يبدو وجه الشخص غير متساوٍ أو يتدلى من جانب واحد؟
- هل يعاني الشخص من ضعف أو خدر في إحدى الذراعين أو كليهما؟ هل تنجرف ذراع واحدة لأسفل إذا حاول الشخص مد ذراعيه كليهما إلى الأمام؟
- هل يعاني الشخص من صعوبة في الكلام؟ هل يبدو كلامه غريباً؟
- إذا لاحظت أي من علامات السكتة الدماغية هذه، اطلب سيارة إسعاف عاجلاً ، فالوقت جدا مهم لعلاج مثل هذه الحالات .

السكتة الدماغية الناتجة عن نزيف في الدماغ قد تسبب أيضاً صداداً مفاجئاً شديداً .

كيف يتم علاج السكتات الدماغية؟

العلاج المبكر للسكتة الدماغية يعتبر حاسماً لتقليل الضرر وزيادة فرص النجاة والتعافي. يعتمد نوع العلاج على نوع السكتة الدماغية التي يعاني منها المريض. في حالات السكتة الدماغية النزفية، يتم التركيز على وقف النزيف وتقديم الرعاية الحثيثة. أما في حالات السكتة الدماغية لنقص التروية، يتم استخدام العلاج الجلطة لاستعادة تدفق الدم إلى الدماغ .

عادةً ما يشمل العلاج للسكتة الدماغية الإقفارية استخدام الأدوية المضادة للتخثر لتذويب الجلطة، والعلاج الطبيعي لاستعادة القدرات الحركية واللغوية، وفي بعض الحالات يكون الجراحة ضرورية لإزالة الجلطات الكبيرة .

في المستشفى، سيُجري الأطباء اختبارات للتأكد من إصابتك بسكتة دماغية ومعرفة نوع السكتة الدماغية. ويتضمن ذلك اختبارات التصوير التي تنشئ صورًا للدماغ، مثل التصوير بالأشعة المقطعية أو التصوير بالرنين المغناطيسي. وتُستخدم اختبارات تصوير أخرى لفحص الأوعية الدموية أو القلب .



السكتة الدماغية

الأشخاص الذين تكون السكتات الدماغية لديهم ناتجة عن الشرايين المسدودة يمكنهم:

- تلقي العلاجات التي تساعد في إعادة فتح الشرايين. يمكن لهذه العلاجات أن تساعدك على التعافي من السكتة الدماغية .
- تلقي الأدوية التي تمنع الجلطات الدموية الجديدة. تساعد هذه الأدوية أيضًا في منع السكتات الدماغية في المستقبل .

الأشخاص الذين تكون السكتات الدماغية لديهم ناتجة عن النزيف يمكنهم:

- تلقي علاجات قد تقلل من التلف الناتج عن النزيف في الدماغ أو حوله .
- التوقف عن تناول الأدوية التي تزيد من النزيف، أو تناول جرعة أقل .
- الخضوع لجراحة أو إجراء لعلاج الوعاء الدموي لمنع المزيد من النزيف (هذا ليس ممكنًا دائمًا) .

هل يمكن الوقاية من السكتة الدماغية؟

يمكن الوقاية من العديد من السكتات الدماغية، ولكن ليس كلها. يمكنك تقليل فرص إصابتك بسكتة دماغية بشكل كبير إذا فعلت ما يلي :

- 1- تنظيم ضغط الدم: من المهم الحفاظ على ضغط الدم في المستويات الطبيعية، وذلك من خلال الحفاظ على نمط حياة صحي، وتناول الأطعمة الصحية، وممارسة الرياضة بانتظام
- 2- التغذية السليمة: تناول الأطعمة الغنية بالفيتامينات والمعادن، والحفاظ على وزن صحي، وتجنب تناول الأطعمة الدهنية والمالحة بكثرة. اتبع نظامًا غذائيًا غنيًا بالفواكه والخضروات ومنتجات الألبان قليلة الدسم، وقليل اللحوم والحلوى والحبوب المكررة (مثل الخبز الأبيض أو الأرز الأبيض) .
- 3- تناول كميات أقل من الملح (الصوديوم) .
- 4- النشاط البدني: ممارسة التمارين الرياضية بانتظام يساهم في تحسين الصحة العامة وخفض خطر الإصابة بالسكتات الدماغية .



السكتة الدماغية

هل يمكن الوقاية من السكتة الدماغية؟

- 5- الامتناع عن التدخين: التدخين يعد عاملاً خطراً كبيراً للإصابة بالسكتات الدماغية، لذا من الضروري الامتناع عنه .
 - 6- متابعة الفحوصات الطبية الدورية: يجب على الأشخاص زيارة الطبيب بانتظام لفحص العوامل الخطرة للسكتات الدماغية مثل ضغط الدم ومستويات الكوليسترول .
 - 7- تناول أدويةك وفقاً للتعليمات بالضبط. تشمل الأدوية المهمة بشكل خاص في المساعدة في الوقاية من السكتات الدماغية ما يلي :
 - أدوية ضغط الدم .
 - الأدوية التي تسمى الستاتينات، والتي تخفض نسبة الكوليسترول•أدوية الوقاية من الجلطات الدموية، مثل أسبرين أو مخففات الدم .
 - الأدوية التي تساعد على إبقاء سكر الدم قريباً من المعدل الطبيعي قدر الإمكان (إذا كنت مصاباً بمرض السكري .
 - 8- حاول فقدان الوزن، إذا كان وزنك زائداً .
- وهناك طريقة أخرى للوقاية من السكتات الدماغية هي الخضوع لجراحة أو إجراء لإعادة فتح الشرايين المسدودة في الرقبة. ولا يناسب هذا النوع من العلاج إلا مجموعة صغيرة من الأشخاص .

ما الذي يحدث بعد الإصابة بسكتة دماغية؟

يتعافى بعض الأشخاص من السكتات الدماغية دون آثار طويلة الأمد أو خطيرة. ولكن الكثير من الأشخاص يفقدون وظائف دماغية مهمة. على سبيل المثال، ربما لا يكونون قادرين على الكلام، أو إطعام أنفسهم، أو تحريك جانب من أجسامهم. يستطيع المتخصصون مساعدتك في هذه الأمور. على سبيل المثال، يمكن للشخص العمل مع أخصائي العلاج المهني، أو أخصائي العلاج الطبيعي، أو أخصائي علاج النطق، أو أخصائي آخر .