

## سکته مغزی

سکته مغزی به اختلال عمل ناگهانی مغز به علت قطع جریان خون در بخشی از مغز اطلاق می شود.

### انواع سکته مغزی

- 1- سکته هایی که در اثر انسداد در عروق مغزی ایجاد شده اند...
- 2- سکته هایی که در اثر پارگی در عروق مغز ایجاد می شود.

### عوامل خطر آفرین

- 1- افزایش فشار خون ، کنترل فشار خون مهم ترین اقدام در پیگیری از سکته مغزی
- 2- بیماری قلبی عروقی
- 3- بالا بردن کلسترول
- 4- چاقی
- 5- افزایش سطح
- 6- هماتوکریت
- 7- دیابت

سایر موارد مثل مصرف دخانیات و الکل ، قرص های حاملگی، سوء مصرف داروها و ...

### مراقبت از سیستم گوارشی

این بیماران اغلب به دلیل نداشتن رفلکس بلع دارای لوله معده هستند که از این طریق تغذیه می شود به همین دلیل دهان شویه هر 4 تا 6 ساعت انجام می شود و بعد از هر بار غذا دادن از طریق لوله با مقداری آب شسته شود. رژیم غذایی نرم و مایعات است جهت پیشگیری از زخم های معده ناشی از استرس دادن آنتی اسید و دور نگه داشتن آنها از استرس لازم است.

## مراقبت از مجاری ادراری

این بیماران دچار بی اختیاری در دفع ادرار و مدفوع هستند و ممکن است دارای سندهای ادراری خارجی یا داخلی باشند که جهت پیشگیری از احتباس ادراری دفع مایعات باید کنترل شود. در صورت کدر شدن رنگ ادرار و یا خونی شدن بهتر است لوله تعویض شد (در غیر این صورت هر 7 تا 14 روز یکبار تعویض آن کافی است) شست و شوی ناحیه لازم است و جهت کنترل دفع مدفوع بهتر است بیمار را عادت داد که در ساعات مشخصی دفع صورت گیرد در صورت بروز اسهال و یا یبوست های طولانی با پزشک مشورت شود.

### مراقبت از چشم

در صورتی که فرد در پلک زدن دچار مشکل می باشد بهتر است از قطره های اشک مصنوعی استفاده شود.

### مراقبت از پوست

به دلیل نداشتن حرکت احتمال زخم شدن پوست در نواحی اتصال با زمین وجود دارد به خصوص در افرادی که دچار بیماری دیابت ( قند) هستند جهت پیشگیری بهتر است هر 2 ساعت وضعیت بیمار تغییر یابد. ماساژ نواحی تحت فشار لازم است از حلقه های هوایی و یا درست کردن حلقه هایی از پارچه و قرار دادن آن در زیر ناحیه پوست قرمز و یا تحت فشار از تماس با زمین جلوگیری می کند. شست و شوی مرتب پوست با آب و صابون ( و یا شامپوی بچه) در صورت بروز زخم استفاده از پانسمان و یا مراجعه به پزشک جهت انجام کشت از ترشحات زخم و یا برداشتن پوست خشک و تیره رنگ لازم است. استفاده از آنتی بیوتیک در این مواقع ضروری است.

## مراقبت از پوست

به دلیل نداشتن حرکت احتمال زخم شدن پوست در نواحی اتصال با زمین وجود دارد به خصوص در افرادی که دچار بیماری دیابت ( قند) هستند جهت پیشگیری بهتر است هر 2 ساعت وضعیت بیمار تغییر یابد. ماساژ نواحی تحت فشار لازم است از حلقه های هوایی و یا درست کردن حلقه هایی از پارچه و قرار دادن آن در زیر ناحیه پوست قرمز و یا تحت فشار از تماس با زمین جلوگیری می کند. شست و شوی مرتب پوست با آب و صابون ( و یا شامپوی بچه) در صورت بروز زخم استفاده از پانسمان و یا مراجعه به پزشک جهت انجام کشت از ترشحات زخم و یا برداشتن پوست خشک و تیره رنگ لازم است. استفاده از آنتی بیوتیک در این مواقع ضروری است.

### مرطوب نمودن هوای دمی

در بیمارانی که لوله های معده و یا تراکئوستومی ( راه هوایی مصنوعی ) دارند هوای تنفسی آنها بدلیل خشکی مخاط مرطوب نیست که بهتر است از دستگاه بخور و مرطوب کردن هوای اطاق از این امر پیشگیری شود.

### تخلیه ترشحات از مجاری هوایی

فیزیوتراپی تنفسی بسیار اهمیت دارد می توان این را تشویق به سرفه و تنفس عمیق کرد 0 میتوان کف دست ها را با ضربه ملایم به پشت بیمار زد تا به خروج ترشحات کمک کرد.

### فیزیوتراپی اندام ها

جهت جلوگیری از تحلیل رفتن و ضعف عضلات اندامها را حرکت داد و مفصل ها را باز و بسته کرد تا از خشکی مفاصل جلوگیری شود و از لخته شدن خون در آنها جلوگیری کرد در صورت داشتن ورم در دستها و پاها میتوان با کمک یک بالش و یا پتو آنها را بالاتر از سطح بدن قرار داد.

## کمک به خواب و استراحت

بی خوابی در این بیماران شایع است روشن بودن چراغ - سرو صدا می تواند موجب بی خوابی این بیماران گردد تجویز آرام بخش طبق دستور پزشک نیز به خواب آنها کمک می کند.

## حمایت روانی

ایجاد یک ارتباط خوب می تواند از بوجود آمدن استرس و در نتیجه زخم معده در این بیماران جلوگیری کند دادن داروی آنتی اسید و یا سایمتیدین در این بیماران طبق دستور پزشک صورت می گیرد ایجاد می کند.

## محافظت از صدمات

در صورت بی قراری و حرکات غیر ارادی این بیماران باید اطراف تخت و یا رختخواب نرده و یا بالش گذاشت قرار دادن وسایل گرمازا و یا برقی در نزدیکی آنها می تواند خطراتی را بوجود آورد. هنگام چرخش و حرکت دادن بیمار مراقب راه هوایی آنها باشید تا خفگی پیش نیاید.

## ارزیابی وضعیت هوشیاری بیمار

بررسی آن بسیار اهمیت دارد زیرا تغییر در میزان سطح هوشیاری می تواند باعث خطرات و یا عواقبی در این بیماران گردد.

بهتر است در منزل فشار خون این بیماران کنترل شود و رژیم غذایی را تا حد امکان مایعات کم نمک و کم چربی در نظر بگیریم.

انجام آزمایشات هر چند وقت یکبار لازم است تا الکترولیت ها در سطح متعادل قرار بگیرند.

به محض دیدن پوست قرمز رنگ بیمار را به سمت مخالف بچرخانید و پوست را ماساژ دهید و در معرض هوا بگذارید.

بیمارانی که سابقه ( قند) دارند بیشتر در معرض زخم بستر هستند رژیم غذایی آنها باید مایعات بدون قند و یا آب میوه های رقیق شده با آب باشد.



## آموزش هنگام ترخیص:

به بیمار در مورد عوارضی که ممکن است به بروز بیماری کمک کند هشدار دهید. همانند: بالا بودن فشار خون، بالا بودن چربی خون، دیابت و .....

انجام اقدامات مناسب را برای کاهش و برگشت علائم سکته مغزی به بیمار توصیه می شود. استفاده از داروها طبق دستور پزشک، ترک سیگار ، کاهش تنش ، رژیم متعادل و ...

بیمارستان فاطمه الزهرا (س) مهریز

کد سند: PA/HC/58

## آموزش به بیماران سکته مغزی

