

# سکته مغزی

آیا می‌دانید سکته ی مغزی چگونه اتفاق می‌افتد

عروق خونی در مغز وظیفه‌ی رساندن اکسیژن و مواد مغذی به سلول‌های مغز را بر عهده دارند. زمانی که این عروق پاره شوند و یا توسط لخته‌های خونی مسدود گردند، بخشی از مغز نمی‌تواند خون و اکسیژن مورد نیاز خود را بدست آورد. بدون اکسیژن، سلول‌ها و بافت مغز آسیب دیده و در عرض چند دقیقه شروع به مردن می‌کنند. این آسیب دیدن سلول‌های مغز، در نهایت منجر به سکته ی مغزی خواهد شد.

شایع‌ترین انواع سکته ی مغزی

سکته ی مغزی بسته به علل بروز آن، به سه دسته‌ی اصلی تقسیم‌بندی می‌شود که در ادامه ذکر شده‌اند:

## ۱- سکته مغزی ایسکمیک

سکته مغزی ایسکمیک که با عناوین ایسکمیک مغزی و یا سکته‌ی انسدادی نیز شناخته می‌شود، شایع‌ترین نوع سکته ی مغزی در سراسر دنیا است. به طور کلی حدود ۸۷٪ سکته‌های مغزی، از نوع ایسکمیک هستند.

اما این نوع سکته چیست و چرا ایجاد می‌شود؟

چنانچه عروق خونی که وظیفه‌ی رساندن اکسیژن به سلول‌های مغز را بر عهده دارند، مسدود شوند، ایسکمیک مغزی رخ می‌دهد. این اتفاق زمانی می‌افتد که رگ‌های خونی مغز باریک یا مسدود شده و باعث کاهش شدید جریان خون شوند. رگ‌های خونی اغلب به دلیل تجمع رسوبات چربی و یا در اثر لخته شدن خون، باریک و مسدود می‌شوند. در صورتی که این انسداد برطرف نشده و جریان خون برقرار نگردد، آسیب شدیدی به سلول‌های مغز وارد شده و جان فرد به خطر می‌افتد.

## ۲- سکته هموراژیک

سکته مغزی هموراژیک زمانی اتفاق می‌افتد که شریان‌های مغز، پاره شده و در مغز خونریزی رخ دهد. این خونریزی مغزی فشار زیادی را به سلول‌های مغز وارد کرده و به آن‌ها آسیب می‌رساند. سکته مغزی هموراژیک نسبت به ایسکمیک مغزی کمتر شایع است و به دو دسته‌ی زیر تقسیم می‌شوند:

- **خونریزی داخل مغزی:** این نوع خونریزی به دلیل پاره شدن شریان داخل مغز و درون جمجمه اتفاق می‌افتد.
- **خونریزی زیر عنکبوتیه:** خونریزی زیر عنکبوتیه یا خونریزی ساب آراکنوئید نیز یکی از انواع سکته هموراژیک است که در اثر خونریزی در ناحیه بین مغز و بافت‌های نازکی است که آن را پوشانده است، رخ می‌دهد. فشار خون بالا، آنوریسم<sup>۱</sup>، استفاده بیش از حد از داروهای رقیق کننده خون (ضد انعقادها)، تروما (مانند تصادف رانندگی) و یا سکته ایسکمیک شریانی هستند که می‌توانند باعث سکته مغزی هموراژیک شوند.
- **حمله ایسکمیک گذرا:** حملات ایسکمیک گذرا یا سکته ی مغزی موقت که در اصطلاح پزشکی TIA نامیده می‌شوند، شریانی گذرا و ناپایداری هستند که در آن عملکرد بخشی از مغز به طور موقت مختل می‌شود. در حقیقت وقتی خون‌رسانی به مغز مختل شود، ولی زمان و شدت این اختلال در حدی نباشد که منجر به مرگ سلول‌های مغزی گردد، حمله ایسکمیک گذرا رخ داده است. نکته‌ی حائز اهمیت در مورد TIA این است که می‌توان آنرا نشانه و علامتی از سکته ی مغزی قریب الوقوع به شمار آورد.

## علائم سکته مغزی

همانطور که گفته شد، زمانی که یک فرد دچار سکته مغزی می‌شود، سلول‌های مغزی شروع به مردن و از بین رفتن می‌کنند. به همین دلیل در چنین شرایطی آشنایی با علائم سکته مغزی و تماس فوری با اورژانس بسیار حائز اهمیت است زیرا زمان نقش مهمی در نجات بافت مغزی دارد.

مغز عضوی بسیار پیچیده است که عملکردهای مختلف بدن را کنترل می‌کند. اثرات سکته مغزی به عوامل مختلفی از جمله محل انسداد و میزان بافت از بین رفته‌ی مغز بستگی دارد.

### ۱. مشکل در صحبت کردن و یا درک آنچه دیگران می‌گویند

۲. **فلج یا بی‌حس شدن صورت، دست و پا:** فردی که دچار سکته مغزی شده، ممکن است دچار بی‌حسی، ضعف یا فلج ناگهانی در صورت، دست یا پا شود. این علائم اغلب فقط یک طرف بدن فرد را درگیر می‌کنند. به طوری که چنانچه از بیمار بخواهید همزمان هر ۲ بازوی خود را بالا بیاورد، قادر به بالا آوردن یکی از آنها خواهد بود. همچنین، هنگام لبخند زدن نیز ممکن است یک طرف دهان کج شود.

۳. **مشکلات بینایی در یک یا هر دو چشم:** بیمار ممکن است به طور ناگهانی دچار دوبینی و یا تاری دید شود.

۴. **سر درد شدید:** یکی از علائم سکته مغزی، سردرد شدید همراه با استفراغ، سرگیجه یا تغییر سطح هوشیاری است.

۵. **مشکل در راه رفتن:** از دست دادن تعادل هنگام راه رفتن و داشتن سرگیجه را نیز می‌توان جزء علائم سکته مغزی محسوب کرد.

### آیا می‌دانید چه مواردی ریسک بروز سکته مغزی را افزایش می‌دهند؟

مطابق با آمارهای ارائه شده، خطر بروز سکته مغزی در بین افراد سراسر دنیا افزایش یافته است. برخلاف تصورات عموم، سکته مغزی تنها مخصوص سالمندان نیست و امروزه جوانان نیز در معرض این عارضه قرار داشته و در صورت عدم رعایت یکسری نکات، ممکن است جان خود را در اثر سکته مغزی از دست بدهند. برخی از مواردی که خطر بروز سکته مغزی را در بین افراد و به ویژه جوانان افزایش می‌دهند، عبارتند از:

- ✓ فشار خون بالا
- ✓ سیگار کشیدن و یا قرار گرفتن در معرض دود سیگار
- ✓ کلسترول بالا
- ✓ دیابت
- ✓ آپنه انسدادی خواب
- ✓ بیماری‌های قلبی و عروقی مانند نارسایی قلبی و یا آریتمی قلب
- ✓ پیشینه خانوادگی سکته مغزی، حمله قلبی یا حمله ایسکمیک گذرا
- ✓ ابتلا به کووید ۱۹
- ✓ جنسیت: خطر سکته مغزی در مردان بیشتر از زنان است.
- ✓ افزایش سن: خطر بروز سکته مغزی در افراد ۵۵ سال به بالا بیشتر از افراد جوان است.
- ✓ برخی داروها: استفاده از قرص‌های ضد بارداری یا هورمون درمانی که شامل استروژن است خطر بروز سکته مغزی را افزایش می‌دهد.

## آیا می‌دانید سکته‌ی مغزی می‌تواند زندگی فرد را تا پایان عمر تحت تأثیر قرار دهد؟

مدت زمانی که تأثیرات سکته‌ی مغزی بر روی فرد باقی می‌ماند بسته به محل آسیب دیدگی مغز متفاوت است و می‌تواند موقت و یا دائمی باشد. شایع‌ترین عوارض سکته مغزی که زندگی بیماران را تحت تأثیر قرار می‌دهد شامل موارد زیر هستند:

- **فلج شدن قسمتی از بدن:** یک سمت بدن فردی که دچار سکته‌ی مغزی شده است ممکن به طور کامل فلج شود. چنانچه ناحیه آسیب دیده در نیم‌کره چپ مغز باشد، ماهیچه‌ها و عضلات سمت راست بدن فرد دچار مشکل خواهد شد و چنانچه نیم کره راست مغز آسیب ببیند، فلج اندام‌ها در سمت چپ بدن رخ می‌دهد.
- **مشکل در صحبت کردن یا بلعیدن:** سکته مغزی ممکن است بر کنترل عضلات دهان و گلو تأثیر بگذارد و صحبت کردن، بلعیدن یا غذا خوردن را برای بیمار دشوار کند.
- **از دست دادن حافظه:** بسیاری از افرادی که دچار سکته مغزی شده‌اند، دچار اختلال در حافظه، تفکر، استدلال و درک مفاهیم می‌شوند.
- **مشکلات عاطفی:** افرادی که سکته کرده‌اند ممکن است در کنترل احساسات خود مشکل بیشتری داشته باشند و یا دچار افسردگی شوند.

## آیا می‌دانید اغلب سکته‌های مغزی قابل پیشگیری هستند؟



آگاهی از عوامل خطر سکته مغزی، پیروی از توصیه‌های پزشک و اتخاذ یک سبک زندگی سالم بهترین اقداماتی هستند که می‌توان برای جلوگیری از سکته مغزی انجام داد. در ادامه چند عامل مهمی که در پیشگیری از بروز سکته‌ی مغزی تأثیر بسزایی دارند را ذکر خواهیم کرد:

- **کنترل فشار خون بالا:** یکی از مهم‌ترین اقداماتی که می‌توان برای کاهش خطر بروز سکته مغزی انجام داد، کنترل فشار خون بالا است.
- **کاهش میزان کلسترول و چربی اشباع شده:** کاهش مصرف کلسترول و چربی، به ویژه چربی‌های اشباع و ترانس، خطر انسداد عروق را کاهش می‌دهد. تغییر رژیم غذایی و مصرف برخی داروها به تجویز پزشک در کاهش کلسترول خون موثر خواهند بود.
- **ترک مصرف دخانیات:** سیگار کشیدن خطر بروز سکته را هم برای فرد و هم برای اطرافیان او که در معرض دود سیگار قرار دارند افزایش می‌دهد.
- **مدیریت بیماری دیابت:** قند خون بالا در بروز سکته‌ی مغزی تأثیر زیادی دارد. با پیروی از رژیم غذایی مناسب، ورزش کردن و کاهش وزن می‌توان قند خون را در یک سطح نرمال حفظ کرد.

واحد آموزش سلامت مرکز آموزشی و درمانی سیدالشهدا