



# سکته مغزی

## تعریف بیماری

سکته مغزی زمانی رخ می دهد که جریان خون قسمتی از مغز قطع شده یا به شدت کاهش یافته و بافت آن قسمت از مغز از اکسیژن و مواد مغذی شروع به از بین رفتن می کنند این حالت یک اورژانس پزشکی محسوب می شود و هر چه درمان زودتر صورت گیرد، شدت آسیب به بافت مغز و ناتوانی حاصل از آن کمتر خواهد شد.

## علائم

- ضعف، سوزن سوزن شدن یا مور مور شدن دست و پا یا هر دو اندام یا فلج اندام ها
- مشکلات بینایی
- اختلال در گفتار
- گیجی یا اختلال حسی
- سردرد غیر معمول و ناگهانی

## عوامل خطر

- ✓ افزایش سن
- ✓ دیابت
- ✓ چاقی
- ✓ کلسترول بالا و سیگار کشیدن
- ✓ مهمترین عامل خطر برای این بیماری، فشار خون بالا است.

## عوارض احتمالی

- محدودیت حرکتی
- اختلال در کنترل ادرار
- اختلال در برقراری ارتباط کلامی

## خود مراقبتی

- ✓ جهت جلوگیری از تحلیل رفتن و ضعف عضلات اندام ها را حرکت دهید و مفاصل را باز و بسته نمایید تا از خشکی مفاصل جلوگیری شود.
- ✓ بیمار به انجام سرفه و تنفس عمیق تشویق گردد تا به خروج ترشحات کمک شود.
- ✓ با استفاده از دستگاه بخور و مرطوب کردن هوای اتاق از خشکی مخاط پیشگیری شود.
- ✓ در صورتی که بیمار با لوله تغذیه میشود قبل از تغذیه باید مطمئن شوید که لوله جابه جا نشده باشد.
- ✓ قبل از تغذیه و نیم ساعت بعد بیمار در وضعیت نیمه نشسته باشد.
- ✓ قبل و بعد از تغذیه 30 سی سی آب ساده داخل لوله بریزید تا از بسته شدن مسیر لوله و رشد میکروب ها جلوگیری شود.
- ✓ بدلیل بی حرکتی بیمار و پیشگیری از زخم بستر هر 2 ساعت وضعیت بیمار تغییر کند.
- ✓ مصرف دارو، حتی در صورت احساس بهبودی، باید ادامه یابد. از قطع، کاهش و یا افزایش آن بدون مشورت با پزشک خود خودداری نمایید.
- ✓ در صورتی که یک نوبت مصرف دارو فراموش شود، به محض به یاد آوردن آن نوبت باید مصرف شود،
- ✓ داروهای خود را طبق دستور پزشک مصرف نموده و در زمان تعیین شده به پزشک مراجعه نمایید.
- ✓ دهان شویه بیماران را فراموش نکنید. بهتر است هر 12 ساعت شستشوی دهان با دهانشویه انجام شود. در صورتی که می توانید مسواک زدن با خمیر دندان را برای بیمار انجام دهید. تحقیقات نشان می دهد شستشو و بهداشت دهان در کاهش عفونتهای تنفسی تاثیر چشمگیری دارد.



# سکته مغزی

## ★ پیشگیری از زخم بستر

- ✓ روزانه مناطقی که در خطر بروز زخم هستند را بررسی کنید. پوست سالم را می توانید به طور آرام هر 2 ساعت یکبار ماساژ بدهید.
- ✓ برجستگی استخوان ها مانند آرنج، پاشنه، قوزک پا، قسمت نشیمن گاهی، زیر پستان و مهبل مناطق مستعد می باشند زیرا این نواحی تنها از یک لایه نازک پوست پوشیده شده اند. در صورت قرمز شدن این نواحی می توان از پانسمانهای شفاف استفاده شود و در این صورت محل مورد نظر باید به طور مرتب و حداقل روزانه از لحاظ بهبود یا پیشرفت زخم بررسی و در صورت پیشرفت زخم با پزشک مشورت شود.
- ✓ در صورت عدم منع حداقل هر 2 ساعت یک بار بیمار خود را بچرخانید. استفاده از تشک های بادی ( تشک موج ) مفید می باشد.
- ✓ طول مدتی را که بیمار تان در حالت نیمه نشسته قرار دارد را محدود کنید و به 30 دقیقه برسانید. زیرا در وضعیت نیمه نشسته بیمار به سمت پایین حرکت کرده و سر می خورد و همین امر موجب بروز اصطکاک بین پوست بدن و تخت می شود.
- ✓ هنگام جابجا کردن بیمار در تخت حتماً از چند نفر برای اینکار استفاده کرد تا بتوانید بیمار تان را کاملاً بلند کرده و مانع کشیدن بیمار بر روی تخت شوید. ملحفه های تخت بدون چین و چروک و تمیز باشند و زیر بدن بیمار جمع نشود. این امر مانع ایجاد فشار بر پوست می شود
- ✓ در زیر مناطقی که حساس تر هستند و احتمال بروز زخم بالا است مانند پاشنه پا، آرنج و قسمت نشیمنگاهی از پنبه خشک استفاده کنید.
- ✓ زمانی که بیمار روی دست خوابیده بالش یا ملحفه کوچکی را بین دو ساق پای بیمار قرار دهید تا از فشار بر نقاط استخوانی بکاهد.
- ✓ در صورت استفاده از ویلچر هر 15 تا 30 دقیقه یکبار بیمار را از جا بلند کرده و مجدد بنشانید.
- ✓ از انجام ماساژ در نواحی قرمز شده پرهیز کنید زیرا باعث آسیب به بافت های عمیق می شود.
- ✓ اندامهای ورم کرده را بالاتر قرار دهید این اقدام باعث افزایش جریان خون به این اندام ها می شود.

## فعالیت

- ابتدا به بیمار آموزش داده می شود تا تعادل خود را در حالت نشسته حفظ و سپس با استفاده از وسایل کمک حرکتی مانند عصا یا لاکر اقدام به راه رفتن نماید و اگر به صندلی چرخ دار نیاز پیدا کرد، انواع تاشوی آن که دارای ترمز دستی است کار آیی بیشتری دارد.
- به بیمار تاکید می گردد بدون کمک یا وسایل کمکی اقدام به راه رفتن نکند.
- در صورتی که بیمار قادر به حرکت نیمه بدن نیست آموزشهای پیشگیری از زخم بستر به همراه بیمار داده شود.

## در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- تغییر در سطح هوشیاری
- تنگی نفس و دیسترس تنفسی و تب
- خارج شدن اتصالات بیمار مانند سوند معده، تراکئوستومی
- ❖ بروز هر گونه علائم نگران کننده مانند :
- از دست دادن تعادل
- سردرد ناگهانی و شدید
- مشکل ناگهانی در بینایی

<p>• آموزش به مددجو ( راهنمایی برای مراقبین سلامت ) - 1398</p> <p>• کارگروه درون بخشی آموزش به بیمار بخش اعصاب</p> <p>• منابع Mayo clinic, WebMD, ClinicalKey</p> <p>• Brunner Suddarth's textbook of Medical surgical Nursing 2018</p>	<p>تایید کننده: اعظم چراغی (مدیریت پرستاری)</p>	<p>تهیه کننده: زکيه مظاهري (سوپر وایزر آموزش سلامت)</p>
<p>کد پمفلت: A.H/ PE/NW/ 09</p>		