



۵ علامت هشدار دهنده سکته مغزی را جدی بگیرید

به گفته پزشکان، آگاهی از پنج علامت هشداردهنده جدی و ناگهانی سکته مغزی می تواند به نجات جان و کاهش شمار افراد با ناتوانی های جسمی کمک کند.

به گفته پزشکان، آگاهی از پنج علامت هشداردهنده جدی و ناگهانی سکته مغزی می تواند به نجات جان و کاهش شمار افراد با ناتوانی های جسمی کمک کند.

به گزارش خبرنگار مهر، طبق اعلام انجمن سکته آمریکا، افراد بعد از آگاهی از هر یک از ۵ علامت شدید و ناگهانی زیر فوراً به مراکز درمانی و پزشک مراجعه کنند:

احساس کمرخی یا ضعف در صورت، دست یا پا (بخصوص زمانیکه یک طرف بدن را شامل شود).

گیجی ناگهانی یا مشکل در حرف زدن یا فهم گفتگوها.

مشکلات ناگهانی دیداری در یک چشم یا هر دو چشم.

دشواری ناگهانی در راه رفتن یا سرگیجه، از بین رفتن حالت تعادل یا مشکل در هماهنگی اعضای بدن.

سرگرد شدید بدون هیچ علت مشخص.

سکته یکی از علل اصلی ناتوانی در بزرگسالی است. به گفته پزشکان، افراد سکته کرده نیاز به توجه درمانی فوری به منظور بهبود تاثیر درمان و کاهش ریسک مرگ یا عوارض جانبی بلندمدت شان دارند.

به گفته متخصصان، اگر فرد دچار سکته ایسکمیک، که در آن عروق مغز مسدود می شود، در مدت سه ساعت تحت درمان قرار گیرد، عوارض جانبی این سکته به شکل قابل توجهی کاهش می یابد.

طبق گزارش انجمن سکته آمریکا، زنان بیش از مردان دچار سکته مغزی می شوند. همچنین افراد سیاهپوست بیش از سفیدپوستان در معرض خطر سکته قرار دارند. افراد دارای سابقه سکته در خانواده هم بسیار در معرض این ریسک قرار دارند.

اما به گفته متخصصان، افراد می توانند با شیوه های زیر ریسک سکته را کاهش دهند:

ورزش منظم

حفظ وزن نرمال

پیروی از رژیم غذایی سالم

حفظ سطح سالم کلسترول

چک کردن منظم فشار خون

سیگار نکشیدن.