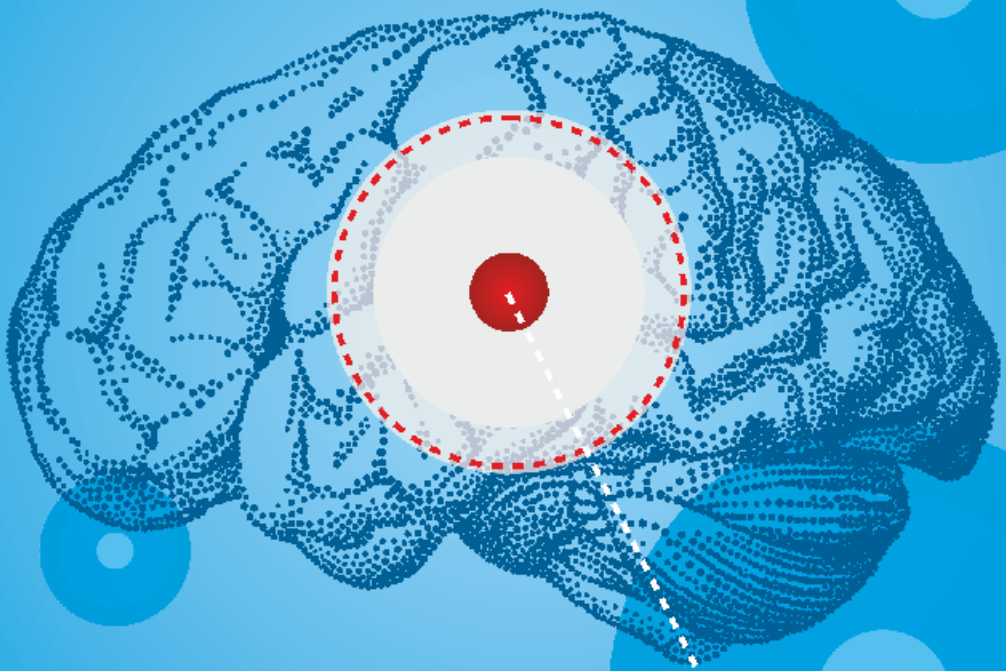


Co to jest udar mózgu?

Informator o udarze mózgu, z którego dowiesz się, co to jest udar mózgu i co go powoduje. Przeczytaj!

autor: *dr Dorota Bieńkowska*
konsultacja: *dr n. med. Włodzimierz Dłużyński*
opracowanie: *Fundacja Udaru Mózgu*

Publikacja powstała dzięki wsparciu firmy Boehringer Ingelheim

opracowanie graficzne: *www.wpoldodziewiatej.pl*

Wprowadzenie 4
Co to jest udar mózgu? 5
Jak dochodzi do udaru? 6
Udar niedokrwienny..... 6
Udar krwotoczny..... 9
Co to jest przejściowy atak niedokrwienny?..... 10
Objawy udaru mózgu..... 11
Liczy się CZAS 13

Wprowadzenie

Podstawowe informacje na temat udaru mózgu i jego objawach.

Każdego roku odnotowuje się około 70 tysięcy nowych udarów w Polsce. Oznacza to, że co 8 minut ktoś doznaje udaru. Większość osób dotkniętych udarem ma ponad 65 lat, ale nie oszczędza on nikogo. Udarem dotknięty może być człowiek w każdym wieku. Osoby dotknięte chorobą wymagają leczenia, rehabilitacji i opieki. Udar jest nie tylko problemem medycznym i społecznym, ale również ekonomicznym ze względu na koszty leczenia, jak również niepełnosprawność zawodową chorych po udarze.

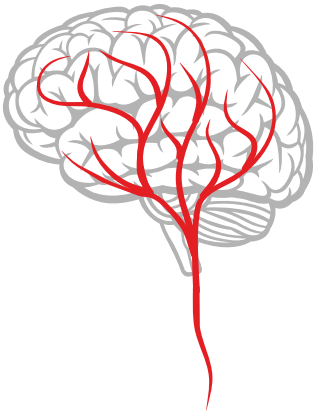


1 udar mózgu co 8 minut

Udar mózgu – zwrot pewnie znany każdemu, ale…
- Czy wszyscy wiedzą, o co chodzi?
- Czy potrafią rozpoznać udar?
- Czy znają zasady postępowania, gdy zauważą objawy udaru u siebie lub innego człowieka?
- Czy każdy wie, że udarowi można mózgu zapobiegać i jak postępować, aby ograniczyć ryzyko jego wystąpienia?

Te oraz wiele innych kwestii postaramy się wyjaśnić w cyklu broszur, z którego pierwszą macie Państwo przed sobą.

Udar mózgu to zaburzenie neurologiczne, będące skutkiem nagłego odcięcia dopływu krwi do mózgu. Krew transportuje niezbędne składniki odżywcze i tlen do całego organizmu, między innymi do mózgu. Bez krwi, komórki mózgowe mogą być uszkodzone lub zniszczone i nie będą w stanie wykonywać swojej pracy.



Krew transportuje niezbędne składniki odżywcze i tlen do całego organizmu, między innymi do mózgu.

Mózg kontroluje wszystko, co robi organizm, dlatego udar ma wpływ na każdą jego funkcję. Na przykład, jeśli udar dotyczy części mózgu, która kontroluje prawą nogę, następstwem może być jej osłabienie lub drętwienie, a w konsekwencji niemożność prawidłowego działania.



Jest to częsta i ciężka choroba, której skutki mogą zburzyć życie chorego. Jest to choroba występująca na całym świecie.

Dzięki rozpowszechnieniu zasad profilaktyki, informowaniu o objawach i postępowaniu, gdy się je zaobserwuje, odpowiedniemu leczeniu chorób układu krążenia oraz właściwej opiece nad chorym po udarze osiąga się systematyczne zmniejszenie zachorowań, śmiertelności i niepełnosprawności spowodowanej udarem.

Jak dochodzi do udaru?

Podstawowe informacje na temat udaru mózgu i jego objawach.

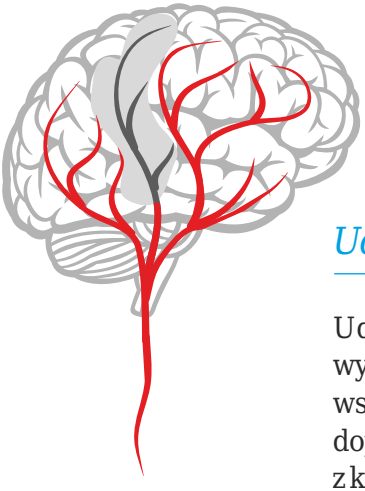
Nagłe niedokrwienie jakiegoś obszaru mózgu, może być wywołane dwoma czynnikami – niedokrwieniem lub wręcz odwrotnie – zalaniem krwią.

Te dwa mechanizmy decydują o wyróżnieniu dwóch typów udaru:

- udar niedokrwienny

- udar krwotoczny

powszechnie nazywany wylewem.



Niedokrwienie komórek mózgu powoduje zaburzenia w dostarczaniu tlenu i składników odżywczych, co skutkuje ich obumarciem

Udar niedokrwienny

Udar niedokrwienny jest znacznie częściej występującą postacią udaru. Stanowi aż 70 – 80 % wszystkich zachorowań. Powstaje w wyniku zaburzeń dopływu krwi do określonego obszaru mózgu, a to z kolei spowodowane jest:

- zamknięciem lub zwężeniem światła naczyń wewnątrzmózgowych;
- zamknięciem lub zwężeniem światła naczyń doprowadzających krew do mózgu;
- zaburzeniami hemodynamicznymi powodującymi zmniejszenie przepływu mózgowego.

Niedokrwienie komórek mózgu powoduje zaburzenia w dostarczaniu tlenu i składników odżywczych, co skutkuje obumarciem komórek. Wielkość ogniska udarowego ściśle powiązana jest z wielkością zablokowanego naczynia.

Rodzi się pytanie – w jaki sposób dochodzi do udaru? Obecnie wyróżnia się trzy główne przyczyny udarów niedokrwiennych:

Zator pochodzący z serca

Są takie choroby serca, które powodują powstanie skrzepliny w jego wnętrzu. Część skrzepliny może się oderwać, popłynąć z prądem krwi do różnych organów i być przyczyną zatoru, czyli zatkania naczynia krwionośnego i w konsekwencji niedotlenienia i zawału narządu, między innymi mózgu.

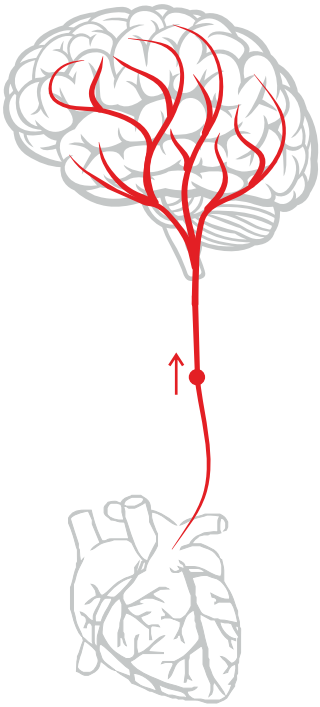
Najczęstszą przyczyną udarów wśród chorób serca jest *migotanie przedsionków.*

Migotanie przedsionków to nie tylko przyspieszone i niemiarowe bicie serca, zmniejszające tolerancję wysiłku. Wiąże się z nim szereg następstw, wśród których najpoważniejszym jest udar mózgu.

Migotanie przedsionków najczęściej objawia się kołataniem serca, osłabieniem i obniżeniem tolerancji wysiłku, napadowymi potami, omdleniami i zawrotami głowy. Mogą pojawić się bóle w klatce piersiowej lub duszności.

Migotanie przedsionków można zdiagnozować wykonując badanie EKG. W zapisie jest zupełnie niemiarowa i szybka praca serca (100 - 150 uderzeń na minutę).

Kolejne choroby serca, które mogą przebiegać z tworzeniem skrzepliny w jego wnętrzu to zawał, wady zastawek, sztuczne zastawki oraz rzadziej inne.



Część skrzepliny może się oderwać, popłynąć z prądem krwi do różnych organów i być przyczyną zatoru.

Udar niedokrwienny

Podstawowe informacje na temat udaru mózgu i jego objawach.

Zakrzep dużej tętnicy

Etapy powstawania miażdżycy



Tętnica - uszkodzenie wewnętrznej gładkiej powierzchni ściany



Płytki przywierają do uszkodzonego miejsca. Odkłada się cholesterol



Zwapniona ściana zamyka tętnicę.

Zakrzepy tętnic spowodowane są zwykle miażdżycą naczyń krwionośnych.

Miażdżyca to stopniowe twardnienie ścian tętnic w wyniku odkładania się w nich blaszek miażdżycowych - zbudowanych głównie z metali ciężkich, cholesterolu i wapnia. W miejscach stwardnień osadzają się następnie niektóre elementy krwi, tworząc zakrzepy, które jeszcze bardziej utrudniają przepływ, mogąc spowodować nawet całkowite zamknięcie światła tętnicy. Następstwem tych zmian jest niedotlenienie tkanek i narządów, w tym serca, mózgu i mięśni.

Uszkodzenie małych tętniczek

Nieuregulowane nadciśnienie tętnicze i cukrzyca bywają przyczyną uszkodzenia naczyń mózgowych – małych tętniczek. Może dojść do ich stwardnienia, utraty elastyczności, zwężenia światła a czasami całkowitej niedrożności, która, z kolei, może być przyczyną udarów. Jeżeli ciśnienie lub poziom glukozy we krwi nie zostaną uregulowane mogą powstawać coraz to nowe ogniska niedokrwienia, łącząc się w coraz większe ogniska udarowe.

Miałem świetny dzień, nic nie wskazywało na to, że zdarzy się coś złego. Nagle... zgasły światła. Potem... obudziłem się w szpitalu. Nie mogłem się ruszyć. Cała prawa strona mojego ciała odmówiła posłuszeństwa Mówić też nie mogłem."

Dawid
32 lata, kelner

Udar krwotoczny zdarza się wtedy, gdy dojdzie do pęknięcia tętniczki i wylania krwi do mózgu.

Jest to rzadziej występująca postać udaru mózgu, stanowi około 20% wszystkich udarów.Częściej dotyka ludzi młodych, a nawet dzieci.

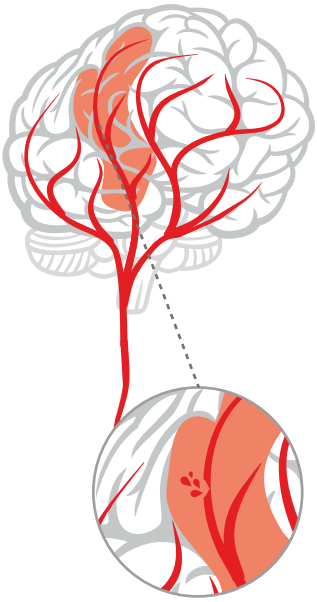
Zwykle występuje w jednej z dwu form:

Krwotok śródmózgowy

Krwotok śródmózgowy to krwawienie do mózgu spowodowane uszkodzeniem naczyń mózgowych.

Najczęstszą jego przyczyną jest nadciśnienie tętnicze. Poza nim jest wiele przyczyn o mniejszym znaczeniu, wśród których wymienia się palenie tytoniu, nadmierne spożycie alkoholu, guzy mózgu, przedawkowanie leków przeciwzakrzepowych, urazy i inne.

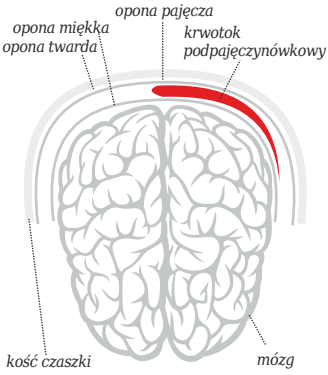
Objawy krwotoku – ich rodzaj i nasilenie oraz rokowanie zależą od umiejscowienia i rozległości krwiaka.



Krwawienie do mózgu spowodowane, uszkodzeniem naczyń mózgowych.

Wylew podpajęczynówkowy

Do wylewu podpajęczynówkowego, czyli wynaczynienia krwi między opony mózgu – miękką a pajęczą, najczęściej dochodzi w wyniku pęknięcia tętniaka usytuowanego na naczyniu mózgowym



Przejściowy atak niedokrwienny

Podstawowe informacje na temat udaru mózgu i jego objawach.



Przerwany, krótkotrwały dostęp krwi do mózgu.

Do przejściowego ataku niedokrwiennego (TIA) dochodzi, gdy dopływ krwi do mózgu jest przerwany na krótki czas. *Jest on często nazywany mini – udarem.*

Objawy są bardzo podobne, jak w przypadku udaru mózgu (między innymi osłabienie lub drętwienie po jednej stronie ciała, problemy z mówieniem lub zaburzenia widzenia), ale są one tymczasowe - zwykle ustępują po kilku minutach lub godzinach. Zawsze powrót do stanu sprzed TIA następuje w ciągu 24 godzin.

TIA jest znakiem, że część mózgu nim objęta nie jest wystarczająco dobrze ukrwiona i mimo ustąpienia objawów w chwili obecnej, miejsce to może być zagrożone udarem mózgu w przyszłości.
Nie należy więc ignorować objawów TIA lecz natychmiast wezwać pomoc medyczną.

Pamiętaj!
Jeśli Ty lub ktoś kogo znasz odczuwa nagłe objawy podobne do udaru, nie należy zakładać, że jest to TIA i czekać na ich ustąpienie. To może być UDAR MÓZGU, nawet jeśli stan wydaje się poprawiać.

Nigdy nie ignoruj TIA (mini-udaru). To znak ostrzegawczy.

"Szedłem do pracy. Nagle straciłem czucie w jednej nodze. Upadłem. Minęło pięć minut, zanim się zorientowałem co się dzieje.W następnym roku, nagle straciłem wzrok w jednym oku."

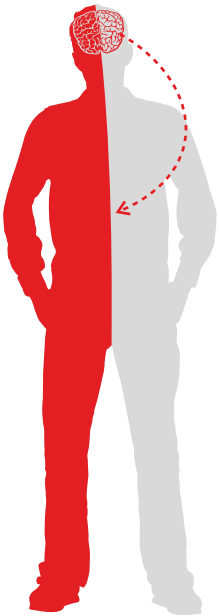
Krzysztof
28 lat, grafik

Znajomość objawów udaru mózgu ma zasadnicze znaczenie w jego rozpoznaniu, postępowaniu, a w konsekwencji w rokowaniu.

Najczęstsze objawy udaru to:

- *osłabienie siły kończyn, często z ich drętwieniem,*
- *drętwienie twarzy z wykrzywieniem ust;*
- *zaburzenia mowy – trudności w jej rozumieniu lub wypowiadaniu słów;*
- *zaburzenia widzenia – zamglony obraz z jednego lub obu oczu, czasami widzenie podwójne;*
- *nagły, silny ból głowy, często z nudnościami, a nawet wymiotami;*
- *zaburzenia świadomości;*
- *zawroty głowy z zaburzeniami równowagi i koordynacji ruchów, niejednokrotnie z utratą przytomności i upadkiem.*

Nie wszystkie objawy muszą wystąpić jednocześnie, ponieważ zależą od tego, która część mózgu i w jakim stopniu została uszkodzona.



Półkule naszego mózgu kontrolują przeciwległe strony ciała. Jeśli dojdzie do uszkodzenia prawej półkuli wówczas większość objawów dotyczy lewej strony ciała.

"Byłem w domu sam. Nagle straciłem czucie w prawej ręce, a potem także w prawej nodze. W tym momencie upadłem. Zdałem sobie sprawę, że to udar mózgu."

Bernard
68 lat, emeryt

Objawy udaru mózgu

Podstawowe informacje na temat udaru mózgu i jego objawach.

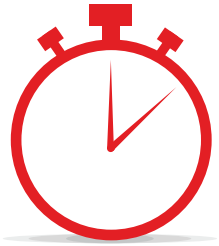
Udar mózgu charakteryzuje się tym, że pojawia się nagle, bez ostrzeżenia, bez objawów wstępnych. Nie wysyła forpoczty, nie informuje, że się zbliża.

Może dopaść nas w każdej sytuacji, niezależnie od tego, co robimy – ciężko pracujemy, czy odpoczywamy.

Może zdarzyć się, że na przykład w czasie spotkania towarzyskiego, że ktoś nagle chwyta się za głowę z powodu bardzo silnego bólu, zaczyna bełkotać lub skarży się na zawroty głowy, nudności, zaburzenia widzenia, czy drętwienie kończyn.

Nie wolno lekceważyć takich sygnałów. *Nigdy*! Mogą świadczyć o wystąpieniu udaru.

Należy działać natychmiast, ponieważ to czas jest jednym z czynników decydujących o możliwości zastosowania właściwego leczenia.



W przypadku zaobserwowania u siebie lub kogoś natychmiast wezwij pomoc.
Nie zwlekaj. Nie czekaj na poprawę.
Koniecznie dzwoń 999!

"Udar pozostawił mnie bez ruchu w nogach z podwójnym widzeniem, z utratą pamięci i trudnościami komunikacyjnymi. Musiałam zmienić swoje życie i ciężko pracować. Wszystko po to, aby powróciła moja wiara w powrót do samodzielności

Krystyna
38 lat, księgowa

Podstawowe informacje na temat udaru mózgu i jego objawach.

W celu łatwiejszego zapamiętania objawów udaru mózgu Fundacja Udaru Mózgu opracowała akronim *CZAS*



Cięższa noga lub ręka

Nie możesz swobodnie poruszać nogą lub ręką.



Zaburzenia widzenia

Widzisz niewyraźnie, podwójnie, nie widzisz na jedno oko.



Asymetria twarzy

Masz wykrzywione usta, opada kącik ust lub powieka.



Spowolniona mowa

Mówisz wolno, niewyraźnie, nie możesz powiedzieć tego co chcesz. Nie rozumiesz mowy innych.

FUNDACJA UDARU MÓZGU

Udar mózgu -wiele pytań jeden telefon!

Czy Ty lub ktoś z Twoich bliskich miał udar mózgu? Jeśli tak, ta infolinia jest dla Ciebie



605647600

Zadzwoń, postaramy się odpowiedzieć na Twoje pytania dotyczące udaru mózgu.

Fundacja Udaru Mózgu to organizacja pozarządowa, której głównym celem jest wspieranie chorych po udarze, ich rodzin i opiekunów. Naszą misją są działania edukacyjne w zakresie zapobiegania, rozpoznawania i leczenia chorych po udarze mózgu.

Prowadzimy **jedyną w Polsce infolinię** dla chorych po udarze mózgu i ich opiekunów.

Wiemy jak ważne jest wsparcie i pomoc dla osób po udarze.

PODEJMUJEMY **2400** INTERWENCJI ROCZNIE

WWW.FUM.INFO.PL

FUNDACJA UDARU MÓZGU
UL. MILIONOWA 14
93-113 ŁÓDŹ

INFO@FUM.INFO.PL

www.fum.info.pl

1%

FUNDACJA UDARU MÓZGU

boję się że nie damy sobie rady



UDAR MÓZGU TO CHOROBA, KTÓRA DOTYKA NIE TYLKO CHOREGO. ZE SKUTKAMI UDARU ZMAGAJĄ SIĘ CAŁE RODZINY.

Wiemy, jak bardzo potrzebna jest pomoc.

Przekaż swój 1% chorym po udarze mózgu:

KRS 0000331601



FUNDACJA UDARU MÓZGU

Fundacja Udaru Mózgu
ul. Milionowa 14, 93-113 Łódź
tel.: 605 647 600, www.fum.info.pl

Boehringer Ingelheim

Boehringer Ingelheim Marketing Sp. z o.o.
ul. Wołoska 5, 02-675 Warszawa
tel.: (22) 699 0 699, fax: (22) 699 0 698
www.boehringer-ingelheim.pl
info.waw@boehringer-ingelheim.com

ACT/14/11/2015