

Udar mózgu

■ Dr n. med. Dariusz Szabela



Jak rozpoznać objawy udaru i jak na nie reagować? Co robić, aby chronić siebie i bliskich przed wystąpieniem udaru?

Pan Andrzej lat 65, przyjmujący leki na nadciśnienie i cukrzycę typu II, podczas oglądania telewizji poczuł zdrętwienie lewych kończyn i lewego policzka. Po kilku minutach pojawiło się również osłabienie kończyny górnej lewej i dyskretne opadnięcie kąćka ust po tej stronie oraz zaburzenia równowagi. Uznał, że jest to związane z intensywną pracą w garażu, który sprzątał przed oglądaniem telewizji. Zaczął sam masować lewe kończyny i lewy policzek, ale objawy nie ustąpiły. Postanowił, że odpocznie i położył się na pół godziny, ale i to nie pomogło. Wówczas zatelefonował pod numer 112. Minęło dokładnie 1,5 godziny od wystąpienia pierwszych objawów. Od tego momentu w trybie pilnym należało wezwać ratowników medycznych celem przewiezienia pacjenta do oddziału udarowego. Czas, w którym można podać lek trombolityczny wynosi bowiem tylko 4,5 godziny od momentu wystąpienia udaru.

Epidemiologia

Dane epidemiologiczne udaru mózgu przytłaczają i tłumaczą zainteresowanie tym tematem. Rocznie u około 1,5 miliona ludzi w USA i Europie dochodzi do udaru mózgu, a śmiertelność waha się od około 20 do 40%.

Udary stanowią na tym obszarze najczęstszą przyczynę niepełnosprawności u osób dorosłych i są trzecią co do częstości przyczyną zgonów. Od 15 do 30% niepełnosprawnych po udarze mózgu wymaga stałej opieki drugiej osoby. Mądre słowa z przysięgi Hipokratesa „**lepiej zapobiegać, niż leczyć**” sprawdzają się nad wyraz w przypadku udaru mózgu.

Definicja i objawy udaru mózgu

Definicja grupy epidemiologów Światowej Organizacji Zdrowia mówi, że udar to zespół kliniczny charakteryzujący się **nagłym wystąpieniem objawów ogniskowych lub uogólnionych zaburzeń czynności mózgu**, które **utrzymują się** – jeśli nie spowodują wcześniej zgonu – **dłużej niż 24 godziny**. Ogniskowe objawy udaru zależą od miejsca i rozległości uszkodzenia mózgu

i są nimi najczęściej niedowład połowiczny, niedoczulica połowicza, ośrodkowy niedowład nerwu twarzowego, zaburzenia mowy i jej rozumienia, zaburzenia pamięci, a także zawroty głowy, podwójne widzenie, ubytki w polu widzenia i zaburzenia połykania.

Mechanizm powstawania udarów mózgu

Udar mózgu jest **katastrofą naczyniową**, która w około 15 procentach ma charakter krwotoku domózgowego lub krwotoku do przestrzeni podpajęczynówkowej, czyli do przestrzeni otaczającej mózgowie, a w około 85 procentach ma tło niedokrwienne.

Do udaru niedokrwiennego dochodzi w wyniku zamknięcia naczynia przez zakrzep, czyli skrzeplinę (inaczej czop powstały z wykrzepiania krwi i zlepiania się płytek w miażdżycowo zmienionym naczyniu). Taki czop może się wytworzyć w mózgu w naczyniu, które wówczas zamyka się. Zamknięte naczynie nie doprowadza dalej krwi do mózgu i wytwarza się zawał mózgu, a w konsekwencji martwica tego obszaru mózgu.

Do udaru krwotocznego dochodzi zaś w mechanizmie pęknięcia naczynia mózgowego, gdzie wypływająca krew niszczy mózg.

Do czynników rozwoju miażdżycy – podstawowej przyczyny udaru mózgu – zalicza się nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, podwyższony poziom lipidów LDL, palenie papierosów.



Przyczyny udaru mózgu

Podstawową przyczyną udarów niedokrwiennych mózgu jest **miażdżycza tętnic**. Nazywamy tak zmiany zwyrodnieniowo-wytwórcze w błonie wewnętrznej i środkowej tętnic. Do czynników rozwoju miażdżycy zalicza się nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, podwyższony poziom lipidów LDL, palenie papierosów.

Występuje również zależność między **otyłością brzuszną** (wskaźnik talia – biodra), a udarem niedokrwiennym mózgu.

Na rozwój miażdżycy i tym samym rozwój ww. schorzeń ma wpływ **dieta**. Jej wpływ na wystąpienie udaru niedokrwiennego szacuje się na około 20%.

Najprawdopodobniej niezależnym czynnikiem ryzyka udaru mózgu jest też obturacyjny **bezdech senny**.

Ryzyko udaru może podnosić też stosowanie hormonalnej terapii zastępczej oraz hormonalnych leków antykoncepcyjnych.

Modyfikacja stylu życia

Wiadomo, że wpływ na rozwój wyżej wymienionych schorzeń, oprócz czynników genetycznych, ma **styl życia**, a więc rodzaj diety, poziom aktywności ruchowej czy fakt **palenia papierosów i nad-**

używania alkoholu. W zależności od rodzaju problemów warto dokonać modyfikacji stylu życia i w tym celu skonsultować się z lekarzem rodzinnym. Ze względu na to że bardzo istotnym czynnikiem wpływającym na rozwój nadciśnienia, cukrzycy i dyslipidemi oraz otyłości jest dieta, może okazać się konieczna **konsultacja z dietetykiem**. W Centrum Medycznym Bonifratrów (CMB) w Warszawie w celu osiągnięcia założonych celów modyfikacji stylu życia można skorzystać ze wspomagającej te cele porady ziołoleczniczej. Warto zauważyć, że coraz częściej w badaniach naukowych udowadnia się **efektywność konkretnych ziół**, które od lat były stosowane w mieszankach bonifraterskich wspomagających postępowanie lecznicze. Jednym z takich ziół jest na przykład **karczoch obniżający poziom cholesterolu we krwi**. Udarowi mózgu zapobiega również aktywność fizyczna, najlepiej o umiarkowanym, adekwatnym do wydolności organizmu nasileniu oraz niepalenie papierosów.

Najczęstsze konsultacje specjalistyczne

Jeśli rozwiną się choroby czy zaburzenia pomimo zdrowego stylu życia lub z powodu jego braku to istotne będzie jak je **kontrolujemy farmakologicznie** lub w przypadku zwężeń naczyń domózgowych jak je udrażniamy chirurgicznie. Z reguły wymagają one konsultacji z neurologiem lub kardiologiem czy diabetologiem.

Neurolog

Ryzyko udaru mózgu zwiększa występowanie przejściowych incy-

dentów niedokrwiennych mózgu tzn. takich, w których występują objawy neurologiczne, analogiczne do objawów w udarze, ale cofają się w ciągu 24 godzin od ich wystąpienia. Należy traktować ich wystąpienie jako bezwzględne wskazanie do przeprowadzenia pilnej konsultacji neurologicznej. Podobnie jak np. stwierdzenie zwężenia tętnic szyjnych.

Internista, kardiolog

Propozycje leczenia farmakologicznego pomimo modyfikacji stylu życia zależą od oceny jej efektywności i oszacowania u pacjenta ryzyka sercowo-naczyniowego. I tak na przykład szacuje się wzrost o 4-5 razy ryzyka udaru mózgu w migotaniu przedsionków i z tego powodu włącza się lek przeciwkrzepliwy, który znacznie zmniejsza to ryzyko. Analogiczne zagrożenie występuje przy nadciśnieniu tętniczym.

Diabetolog

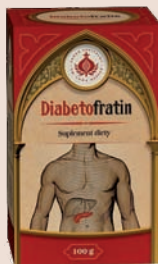
Cukrzyca zwiększa ryzyko wystąpienia udaru dwukrotnie, dlatego najważniejszym zadaniem jest nie dopuścić do jej rozwoju, a w przypadku jej zdiagnozowania właściwie ją leczyć.

Podsumowanie

Wśród czynników ryzyka wystąpienia udaru mózgu są takie, których wpływ możemy starać się zmniejszać. Drogą do tego jest **modyfikacja stylu życia** oraz w przypadkach tego wymagających postępowanie farmakologiczne, chirurgiczne, czy jak w sytuacji bezdechów sennych używanie odpowiedniej aparatury wspomagającej podczas snu. ■

Provincia Polska Zakonu Bonifratrów jest jedyną na świecie, która kontynuuje działalność ziołoleczniczą. W gabinetach poradni ziołolecznictwa na podstawie wywiadu i badań lekarskich porad udzielają lekarze. Przepisują oni, jeśli można wspomagające leczenie mieszanki ziołowe. Recepty na przepisane mieszanki ziołowe realizowane są na bieżąco w Aptece „Salus Infirmorum” znajdującej się w tym samym budynku.

Produktami Bonifraterskimi wspomagających profilaktykę udaru mózgu są: Diabetofratin, Sklerofratin, Slimfratin.



**Centrum Medyczne
Bonifratrów**



Podstawowa Opieka Zdrowotna na NFZ u Bonifratrów



ul. Sapieżyńska 3, 00-215 Warszawa



22 390 33 00

W Centrum Medycznym Bonifratrów dostępni są lekarze specjaliści:

- ✓ Alergologia,
- ✓ Chirurgia,
- ✓ Choroby wewn,
- ✓ Dermatologia,
- ✓ **Diabetologia,**
- ✓ Endokrynologia,
- ✓ Gastrologia,
- ✓ Ginekologia,
- ✓ Hematologia,
- ✓ **Poradnia POZ,**
- ✓ **Kardiologia,**
- ✓ Laryngologia,
- ✓ Medycyna pracy,
- ✓ Nefrologia,
- ✓ **Neurologia,**
- ✓ Okulistyka,
- ✓ Onkologia,
- ✓ Ortopedia,
- ✓ Psychiatria,
- ✓ Psychologia,
- ✓ Pulmonologia,
- ✓ Radiologia,
- ✓ Reumatologia,
- ✓ Rehabilitacja,
- ✓ Stomatologia,
- ✓ Urologia,
- ✓ USG.

**Poradnia Ziołolecznictwa
z Poradnią Dietetyczną
Centrum Medyczne
Bonifratrów Sp. z o.o.**

Zapisy: osobiście
pon. - pt.: 8.00 - 18.00,
lub telefonicznie
pon. - pt.: 8.00 - 20.00,
sob.: 8.00 - 13.00.

Adres:
ul. Sapieżyńska 3,
00-215 Warszawa

Telefon:
22 390 33 07
533 385 857

**Apteka Zakonu Bonifratrów
Sapieżyńska 3, Warszawa
tel. 22 635 67 49**

Czynna w godzinach:
pon. - pt.: 8.00 - 20.00,
sob.: 8.00 - 14.00.



**Przychodnia specjalistyczna
Centrum Medycznego
Bonifratrów Sp. z o.o.**

pon. - pt.: 7.00 - 20.00,
sob.: 8.00 - 13.00.
W celu umówienia się na wizytę
bardzo prosimy o dokonanie
wcześniej rejestracji osobistej
lub telefonicznej:

**ul. Sapieżyńska 3, Warszawa
tel. 22 390 33 00**