

کاهش سن سکته مغزی در ایران

تهران (پانا) - به گفته مدیر آموزش سازمان نظام پزشکی سکته مغزی را یکی از شایع‌ترین علت‌های مرگ و میر و دومین دلیل ابتلا به ناتوانی‌های مغزی در ایران معرفی کرد بر اساس بررسی‌های انجام شده روزانه ۴۰۰ نفر در کشورمان دچار سکته مغزی می‌شوند و طبق آخرین آمار سالیانه ۱۵۰ تا ۱۶۰ هزار نفر در ایران دچار سکته مغزی می‌شوند که ۱۵ درصد آن منجر به مرگ شده و حدود ۳۰ درصد از این افراد زیر ۵۰ سال سن دارند.

به گزارش ایسنا، محمدرضا عزیزی، میانگین سن ابتلا به سکته مغزی در ایران را ۵۰ سال دانست و اظهار کرد: این رقم ۱۰ سال کمتر از میانگین جهانی است و کاهش چشمگیر سن شروع سکته مغزی در کشور نشان‌دهنده اهمیت آن است. اگر درمان سکته حاد مغزی در چهار ساعت اولیه صورت گیرد، ۳۰ درصد بیماران بدون ایجاد عوارض و ناتوانی، بهبودی کامل خواهند یافت و از این رو راه‌اندازی مراکز جامع ویژه درمان سکته‌های مغزی، اهمیت زیادی دارد.

او در خصوص سکته مغزی گذرا و علائم آن اظهار کرد: در سکته مغزی گذرا، توقف خون‌رسانی به مغز به صورت گذرا ایجاد می‌شود و فرد علامت‌های سکته مغزی را در کمتر از ۲۴ ساعت تجربه می‌کند؛ به عنوان مثال علامت‌هایی مانند گزگز، مور مور شدن و یا کرختی در صورت و دست و پا و حالت ضعف و فلجی را در دست و پا احساس می‌کند. البته معمولاً بیمار دچار اختلال‌های گفتاری و بینایی مانند تاری دید هم می‌شود که این علائم معمولاً برای چند ساعت ادامه دارد و خود به خود هم خوب می‌شود.

این متخصص مغز و اعصاب ضمن بیان آن که بسیاری از افراد مسن احساس می‌کنند که دچار کاهش دید شده‌اند و معمولاً آن را به حساب ضعف جسمی می‌گذارند، گفت: در حالی که این حالت نشان‌دهنده سکته‌های مغزی گذرا است و افرادی که این علائم را داشته باشند، بیشتر از دیگران در معرض سکته مغزی قرار دارند. از این‌رو افراد مسن بهتر است با دیدن این علائم به پزشک مراجعه کنند که اگر مشخص شد شخص سکته مغزی گذرا داشته است، بررسی‌های لازم بر روی او انجام شود.

او با اشاره به اینکه در خیلی از موارد بیماری‌های قلبی و عروقی هم عامل سکته‌های مغزی است، تصریح کرد: بیماران قلبی-عروقی باید تحت درمان قرار بگیرند و در صورتی که مشکل لخته خون را دارند، حتماً از داروهای تجویز شده استفاده کنند، زیرا احتمال سکته مغزی را کاهش می‌دهد.

مدیر آموزش سازمان نظام پزشکی در این خصوص که آیا نوار مغزی نشان می‌دهد که فرد دچار سکته مغزی گذرا شده است یا نه، ادامه داد: معمولاً علائم نشان‌دهنده سکته مغزی در نوار مغزی دیده نمی‌شود، اما در ام.آر.آی قابل تشخیص است و اگر مشخص شود که بخشی از مغز دچار آسیب شده است، دیگر به آن سکته مغزی گذرا نمی‌گویند، بلکه سکته کامل محسوب می‌شود.

او با تأکید بر این که آزمایش‌ها و اکوی قلب به تشخیص سکته مغزی کمک می‌کند، اظهار کرد: در ۸۰ درصد موارد، علت سکته مغزی نرسیدن خون به مغز است و یکی از دلایل شایع نرسیدن خون به مغز نیز بیماری‌های قلبی عروقی است. به همین دلیل بررسی‌های قلبی و عروقی بر روی بیماران که دچار سکته مغزی می‌شوند، انجام می‌شود. شایع‌ترین نوع بیماری‌های قلبی-عروقی، آریتمی قلبی یا نامنظم بودن ضربان قلب است که باعث ایجاد لخته خون در قلب می‌شود و لخته هم ممکن است از طریق عروق گردن به مغز برسد و باعث آمبولی و در نهایت سکته مغزی شود.

او با اشاره به اینکه برای مداوای افرادی که دچار سکته مغزی می‌شوند زمان طلایی وجود دارد، تصریح کرد: متأسفانه در سیستم بهداشتی کشور ما عدم هماهنگی سیستم درمان و اورژانس و ناآگاهی مردم باعث می‌شود که این بیماران دیرنگام به بیمارستان برسند و از این رو زمان طلایی را از دست می‌دهند. معمولاً زمان طلایی رساندن بیماری که دچار سکته مغزی شده به بیمارستان، بین سه تا پنج ساعت اولیه است که پزشک می‌تواند بیماری را که دچار سکته ایسکمیک هستند، با داروی rlm;TPA‏ درمان کند. این دارو می‌تواند لخته را از میان ببرد. نکته قابل توجه آن است که امکان استفاده از این دارو فقط بین ساعت اولیه است، بنابراین خیلی مهم است که بیمار سکته مغزی بلافاصله به مرکز درمانی منتقل شود.

او با بیان اینکه عوامل گوناگونی احتمال سکته مغزی را افزایش می‌دهند که برخی از آن‌ها قابل تغییر و برخی دیگر غیر قابل تغییر است، افزود: عوامل غیرقابل تغییر که تحت زنجیروند، کنترل ما نیست، عبارتند از سن که معمولاً در سنین بالای ۵۵ سال سکته‌ها می‌شود؛ های مغزی چند برابر می‌شود، جنسیت که بررسی‌ها نشان داده است که این عارضه در مردان بیشتر دیده می‌شود و نژاد.

برخی از عوامل هم قابل تغییر است و ما می‌توانیم با کنترل آنها از سکته‌های مغزی پیشگیری کنیم که یکی از مهم‌ترین آنها فشار خون بالا است. بیش از ۶۰ درصد از مردم ایران از بیماری خود بی‌اطلاع هستند و ممکن است فرد بعد از سکته مغزی متوجه فشار خون شود، در صورتی‌که اگر مردم به‌طور سالانه وضعیت سلامت خود را کنترل کنند، به‌موقع متوجه این بیماری می‌شوند و تحت درمان قرار می‌گیرند و جلوی عوارض آن نیز گرفته می‌شود.

این متخصص بیماری‌های مغز و اعصاب یکی از عواملی را که باعث افزایش فشار خون می‌شود، مصرف زیاد نمک معرفی کرد و ادامه داد: بررسی‌های انجام شده نشان داده است مردم ما سه برابر بیشتر از میزان استاندارد جهانی نمک مصرف می‌کنند. بالا رفتن فشار خون در ایجاد بیماری‌ها بسیار مؤثر است و در نهایت با سکته مغزی ارتباط مستقیمی دارد. میزان مورد نیاز بدن انسان به نمک حدود پنج گرم در روز است، که در رژیم غذایی سنتی مردم وجود دارد و از این‌رو لازم نیست که سر هر سفره‌ای نمکدان بگذاریم.

او در مورد راه‌های پیشگیری از سکته مغزی، گفت: پیشگیری از سکته مغزی با دو صورت اولیه و ثانویه انجام می‌شود. پیشگیری‌های اولیه شامل عوامل خطر سازی است که باید سعی کنیم آن‌ها را کاهش دهیم. در کشورهای پیشرفته بخش مراقبت‌های ویژه سکته مغزی و استروک یونیت وجود دارد که متأسفانه این مراکز هنوز در کشور ما خیلی جا نیفتاده است.

او با اشاره به اینکه رسیدگی به بیمارانی که دچار سکته مغزی شده‌اند، نیازمند کارهای گروهی و هماهنگ پزشکی است، افزود: باید همه امکانات برای تشخیص و مداوای بیماران مانند رادیولوژی، ام‌آر‌آی و مراقبت‌های ویژه سکته مغزی وجود داشته باشد، ضمن آن که دارو گران است و بیماران برای تهیه آن، با محدودیت‌های زیادی روبرو هستند.

عزیزی با اشاره به اقدامات چند سال اخیر وزارت بهداشت برای احداث این مراکز مراقبت‌های مغزی گفت: در حال حاضر حدود ۷۵ بیمارستان در سطح کشور در قالب کد ۷۲۴ و با استفاده از مدیریت درمان سکته مغزی در کشور مشغول خدمت‌رسانی هستند؛ ولی با توجه به آمار بالای سکته‌های مغزی در کشور، احداث این مرکز باید با قدرت و شتاب بیشتری انجام شود، زیرا هزینه کردن در بخش استروک یونیت یک نوع پیشگیری است و شاید در سال‌های اول دولت در این رابطه متحمل هزینه‌های زیادی شود، اما جلوی هزینه‌های زیاد ناشی از عوارض سکته‌های مغزی را می‌گیرد و به‌طور کلی پیشگیری از سکته‌های مغزی از نظر اقتصادی هم با صرفه‌تر از درمان است.

این متخصص مغز و اعصاب در مورد پیشگیری از تکرار سکته‌های مغزی می‌گوید: بیماران برای پیشگیری از بروز دوباره سکته مغزی باید مواردی را رعایت کنند و توجه داشته باشند که استعمال دخانیات به تشدید بیماری‌های

قلبی، عروق مغزی و فشار خون بالا کمک می‌کند. عامل دیگر، استرس است که می‌تواند به عوامل خطر سکته مغزی مانند فشار خون بالا، بیماری‌های قلبی، دیابت و بیماری عروق مغزی کمک کند. ورزش و فعالیت‌های بدنی به فرد کمک می‌کند تا وزن متناسب خود را حفظ کرده و سطح کلسترول و فشار خون خود را پایین بیاورد. پرهیز از مصرف الکل و نمک و همچنین مصرف مواد غذایی سالم مانند ماهی، سبزیجات و غلات هم از بروز سکته‌های مغزی پیشگیری می‌کند.

او در پایان تاکید کرد: کنترل دقیق بیماری‌هایی نظیر فشارخون بالا، دیابت، چربی خون بالا از اهمیت بسزایی برخوردار و در پیشگیری از سکته‌های مغزی بسیار موثر است. همچنین کم آبی یکی از دلایل بروز سکته مغزی است و لازم است افراد در طول روز شش تا هفت لیوان آب مصرف کنند.