

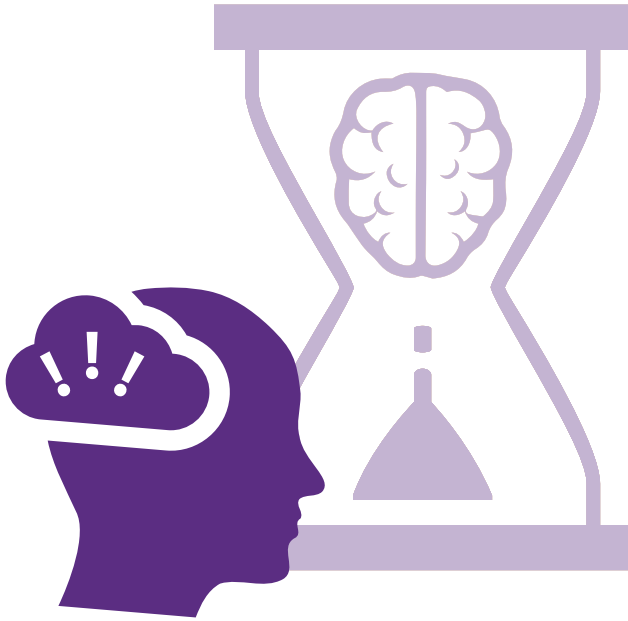


A STROKE TÚLÉLHETŐ

TIA

**TRANZIENS
ISZKÉMIÁS
ATTAK**





TRANZIENS ISZKÉMIÁS ATTAK (TIA)

A tranziens iszkémiás attack vagy a TIA ugyanolyan tünetekkel jár mint a stroke, csak azok átmenetiek. E tájékoztató azt mutatja be, hogy melyek a TIA tünetei, mi a teendő, ha ilyen tüneteket észlelnek, valamint azt, hogy hogyan diagnosztizálják és gyógyítják.

MI A TIA?

TIA esetében valamelyik agyi érben keringési zavar alakul ki, csak ez magától megszűnik. A TIA-t átmeneti jellege miatt sokan nem veszik komolyan, holott ez a stroke egyik fő figyelmeztető jele.

A STROKE JELEINEK FELISMERÉSE

A FAST TESZT



Face (arc):

Képes-e mosolyogni a vizsgált személy?
Lefittyedt-e az arcának fél oldala?



Arms (karok):

Föl tudja-e tartani mindkét karját és megtartja-e őket ebben a helyzetben?



Speech (beszéd):

Érthetően beszél-e az illető és érti-e amit mondunk neki? Értelmetlen-e a beszéde?



Time (idő):

Ha e három jel valamelyikét észleli
sürgősen tárcsázza a következő
telefonszámot: Segélyhívó szám,
ingyenes, mobilról is közvetlenül hívható:
104 vagy 112 (Országos Mentőszolgálat).

A FAST teszt megkönnyíti a három leggyakoribb stroke-ra vagy TIA-ra utaló jel felismerését. De más jelek is vannak amelyeket ugyancsak komolyan kell venni.

Ezek:

A test féloldali érzéketlensége vagy zsibbadása, beleértve a végtagokat,

Szóformálási nehézség, zavar az érthető mondatok megformálásában,

Látásvesztés az egyik, vagy mindkét szemén, esetleg a látótér egy részében,

Kettőslátás, nyelészavar, szédülés, egyensúlyzavar,

Stroke bárkit, bármelyik életkorban sújthat. Ilyen esetben minden másodperc számít. Ha a felsoroltak közül bármelyik stroke-ra utaló jelet észreveszi, ne várjon. Rögtön hívja a **104-es** vagy **112-es** számot.

A tünetek megjelenésekor nincs módszer megtudnia, hogy TIA, vagy a klasszikus értelemben vett stroke sújtotta-e. Ha önnél vagy valaki másnál mutatkozik a stroke vagy a TIA bármelyik tünete, hívnia kell a következő számot:

Segélyhívó szám, ingyenes, mobilról is közvetlenül hívható: **104 vagy 112** (Országos Mentőszolgálat).



Ha úgy gondolja, hogy korábban TIA érte, ám azóta sem kért orvosi segítséget, sürgősen jelentkezzen a háziorvosánál.

Hasonló tüneteket más okok is előidézhetnek, mint a vér alacsony cukorszintje, migrén, belső fül problémák vagy epilepsziás rohamok. Viszont nem lehet biztos a kiváltó okokban, míg az orvosok ezt ki nem vizsgálják.

MI OKOZZA A TIA-T?

Ugyanúgy mint a stroke-ot, úgy a TIA-t is keringészavar, sok esetben kisebb-nagyobb ér érelzáródása okozza, ami akadályozza az agy egy részének vérellátását. A kettő közötti különbség abban van, hogy TIA esetében a keringészavar ideiglenes – esetenként a vérrög vagy önmagától feloldódik vagy a véráram továbbviszi, s az agyi vérellátás rendeződik és a tünetek elmúlnak.



Az érelzáródásnak leginkább vérrög az oka, de más is lehet, mint pl. ritkán (zsír, és légembólia).

A vérrög ott alakulhat ki, ahol az artériákban már érelmeszesedés, ún. plakk, szűkület van. Ennek ateroszklerózis az elnevezése. Ha szívbetegsége van, mint a pitvarfibrilláció, a vérrög a szívben is kialakulhat, s onnan sodródhat az agyba.

Némely stroke-t és TIA-t agy kis ereinek betegsége okozza, ami az agyszövet hajszálereinek sérülését jelenti.

Az érfalakon belül lerakódások képződnek, ami az érfalak megvastagodásához vezet. Ha teljesen elzáródnak kialakulhat a stroke vagy a TIA. A TIA jeleit agyvérzés is kiválthatja, de ez nem megszokott.

A stroke nem csak érelzáródás, hanem agyvérzés okozta katasztrófát is jelent. Ez ritkán TIA képében jelenik meg, ezért is indokolt a sürgős kivizsgálás. A TIA olykor látászavarral jár. Ez főként abban az esetben történhet meg, ha a szemet ellátó érben keletkezik a keringészavar, ami ideiglenes látásvesztéssel jár. Ennek elnevezése amaurosis fugax vagy átmeneti vakság. Az emberek gyakran ezt úgy fogalmazzák meg, hogy olyan érzésük támadt, mintha egyik szemük előtt hirtelen függönyt eresztettek volna le. Előfordulhat, hogy az agyban a látásközpont sérül, aminek mindkét szemén látásvesztés a következménye. Más módon féloldali látó-



térkiesés is felléphet. Kettőslátás esetén nem a látópálya, hanem a szemmozgató idegek károsodnak.

HOGYAN DIAGNOSZTIZÁLHATÓ ÉS GYÓGYÍTHATÓ A TIA?

Első teendő

Azonnal forduljon háziorvosához, vagy közvetlenül a neurológushoz. A TIA esetén hatványozott a stroke veszélye. Nagy a valószínűsége, hogy ismétlődik, sőt végleges tünetet okozó stroke alakul ki.

Ezért fontos, hogy orvoshoz forduljon. TIA után ötből négy esetben megakadályozható a stroke, ha megtörténnek a pontos vizsgálatok és megkezdődik háttérben álló betegség kezelése.

A SZAKORVOS MEGÁLLAPÍTÁSA



Szinte biztos, hogy neurológus szakorvoshoz utalják. Sok kórháznak és némely szakrendelőnek van stroke szakambulanciája.

Ha a szakorvos gyanítja, hogy önt TIA érte, vagy esetleg a tüneteket más kórok váltotta ki (melyek kizárása szükséges), feltehetően koponya CT és nyaki ér ultrahang vizsgálat történik.

A komputer tomográfia (CT) alapján lehetséges, hogy egyes kórokok elkülönítése céljából mágneses rezonancia vizsgálatra (MRI) is szükség lesz. Mindkét módszer az ön agyáról készít felvételeket és segít az orvosnak kizárni a tünetek más okát.

További vizsgálatokra is számíthat:

Elektrokardiogramm (EKG):
a szív működés ellenőrzése,

Nyaki ér ultrahang: a nyaki erek ábrázolása, keringésük vizsgálata, szűkületük kimutatása

A vér vizsgálata felöleli:

A vérképet

A véralvadást,

A vér cukorszintjét,

A koleszterinszintet.

Ha TIA-t diagnosztizáltak, akkor a szakorvos beszélni fog önrel azokról a rizikófaktorokról amelyek növelik a stroke veszélyét, s arról, mit tehet ellenük.



Ez azt jelentheti, hogy gyógyszeres kezelésre vagy életmódváltásra van szüksége, mint a dohányzás elhagyása, több testmozgás, a szeszes italok fogyasztásának csökkentése, vagy ezek mindegyike.

HOGYAN HAT KI EZ A TOVÁBBI ÉLETEMRE?

Megfelelő kezeléssel várhatóan és hosszantartó következmények nem maradnak vissza. A továbbiakban azonban rendszeres orvosi ellenőrzésre lesz szüksége.

Sokaknál a TIA emocionális megrázkódtatással jár. Az újbóli TIA-tól vagy stroke-tól, esetleges munkaképtelenségtől való félelem, mind-mind olyan természetes érzelmi hatás, amit sok ember érez.

Segíthet a beszélgetés olyanokkal, akik már átestek stroke-on és megértéssel vannak Ön iránt.

Nemzeti Stroke Prevenció és Rehabilitációs Liga

A Nemzeti Stroke Prevenció és Rehabilitációs Liga 1993-ban lett alapítva, ezen a néven 2011 óta működünk.

Vezetőség tagjai:

Elnök:

Dr. Folyovich András PhD, osztályvezető főorvos.

Dr. Béres-Molnár Katalin Anna PhD, Bodnár Eszter Rita

A stroke Magyarországon az egyik legnagyobb egészségügyi teher. Évente 30 000 új agyi katasztrófa esemény következik be. ½ millióan élnek stroke utáni bénultsággal és 3 millió a veszélyeztetettek száma.

Különösen nehéz a helyzet a vidéken élők számára, ahol nehezebb az ellátáshoz való hozzájutás lehetősége és lakosság informáltsága sem tökéletes.

A Nemzeti Stroke Liga fő célja, hogy az információk mindenkihez eljussanak, függetlenül attól, hogy tagja-e a Ligának, vagy sem, a hozzáférés minden stroke páciens számára biztosított.

Célkitűzésünk, hogy Magyarországon szignifikánsan csökkenjen az agyi érkatasztrófák száma, és személyre szabott rehabilitációban részesüljön minden stroke beteg.

Megfelelő képzéssel és a rizikó faktorok személyre szabott szűrésével a stroke esetek nagy százalékban csökkenthetőek.

Az akut stroke kezelésének ún. „időablaka” (a kezelés alkalmazásának maximális időkorlátja) miatt annak ismertetése közérthető módon a gyógyulás esélyeit növeli.

Mivel a stroke-on átesettek 40%-a mozgásában súlyosan korlátozott, ezért az amerikai stroke egyesület útmutatása alapján Mozgásjavító gyógytornát füzetet dolgoztunk ki, ez a honlapunkon és papíralapon is elérhető.



Mivel minden negyedik stroke esemény a munkaképes korúakat érinti, ezért gyakorlati útmutató füzetünk van a munkavállalók visszatéréséhez a munka világába – személyes tapasztalatokra építve.



Működésünk fő területei:

Stroke prevenció és szűrő programok

Stroke napi felvilágosító előadások

Stroke centrumok bemutatása, elérhetőségei

Elsődleges prevenció, rizikó faktorok ismertetése

Egészségügyi és wellness centrumok bázisának létrehozása

Online kommunikáció erősítése, weboldal, Facebook, telefonügyelet

Oktató anyagok terjesztése

Sürgősségi stroke centrumok adatbázisa

A Nemzeti Stroke Liga alapító tagja a Magyarországi Nemzeti Betegfórumnak (NBF), a Betegszervezetek Magyarországi Egyesületének (BEMOSZ),

Nagyon fontosnak tartjuk, hogy a nemzetközi kutatások eredményei Magyarországon is ismertek legyenek, így ezeket az edukációs anyagokat

rendszeresen fordítjuk magyar nyelvre és tesszük közzé honlapunkon is. Nemzetközi szinten tagjai vagyunk a SAFE-nek és részt veszünk az EPF kapacitás építő programjában. A krónikus betegeket ellátó magyarországi társszervezetekkel is állandó kapcsolatban vagyunk (Afázia Klub; Oszteoporózis Egyesület, Nemzetközi Pető Intézet).

Adataink:

Név: Nemzeti Stroke
Prevenációs és Rehabilitációs
Liga

Rövid név: Nemzeti Stroke
Liga

Cím: Észak-Közép-budai
Centrum Új Szent János
Kórház és Szakrendelő
Neurológiai Osztály - Stroke
Centrum
1125 Budapest, Diós árok 1-3

E-mail cím:
info@strokelifa.hu

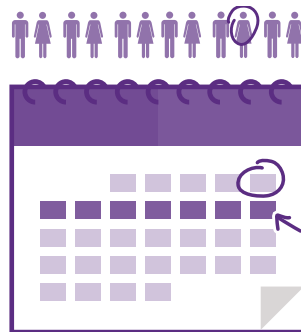
Weboldal:
strokelifa.hu

Telefon: (+36 1) 458-45-34

TIA UTÁN ELÉRHET-E A STROKE?

A TIA annak a jele, hogy az agy vérellátásával gond van, tehát mindenkinél, akinél megtörtént a TIA, nagyobb a stroke veszélye.

A kockázat a TIA utáni napokban a legkifejezettebb, s éppen azért sürgős a pontos megállapítás, mert az esetek felénél a TIA-t követő 24 óra leforgása alatt bekövetkezik a stroke. Tizenkét emberből egyet, a TIA után egy héten belül stroke is sújthat.



Ha az önt ért TIA-t sürgősen kivizsgálták és megkezdtek a kezelést, akkor a stroke veszélyét nagyban csökkentették.

MIT TEHETEK, HOGY AZ ÚJBÓLI TIA, VAGY A STROKE VESZÉLYÉT CSÖKKENTSEM?

A szembesülés a TIA kiváltó okaival hozzásegít ahhoz, hogy megértse miképpen csökkentheti azokat a rizikófaktorokat amelyek miatt stroke vagy újbóli TIA következhet be.

Ha TIA érte, orvosi vizsgálatokkal állapítják meg, hogy egészségügyi állapotában milyen okok mutatnak a stroke veszélyére. Ha az alább felsoroltakból bármelyik állapot jelen van, kezelni kezdik, hogy csökkentsék az újabb stroke veszélyét.

A veszélyt jelentő állapotok:



Magas vérnyomás,



Pitvarfibrilláció
(szívritmuszavar)



Diabétesz,



Magas
koleszterinszint.

A rizikó csökkentésének egyik leghatékonyabb módja az, hogy betartsa az előírt kezelést.

Tanácsot kell kapnia arra is, hogy a második TIA vagy stroke kockázatának elkerüléséhez még mit tegyen. Vannak akiknek fogyniuk kell, mozgásgyakorlatokat végezniük, lemondani a dohányzásról, vagy csökkenteni a szeszes italok fogyasztását. Mindezek hozzásegítenek a jobb egészségi állapothoz és gyakran azt is eredményezik, hogy jobban érezze magát.



Ha bármilyen kérdése van, vagy a gyógyszerek miatt aggódik, ismét forduljon az orvosához vagy a gyógyszerészhez és kérdezzen tőlük. Mondja el, ha gondban van az orvosságok nemkívánatos mellékhatása miatt, amelyek gyakran mássikkal helyettesíthetők. **Sose hagyja abba a gyógyszereszedést mielőtt az orvosával beszélt volna.**



Sokan „riasztójelnek” tekintik a TIA-t, figyelmeztetőként arra, hogy tartós változásokat vigyenek be életmódjukba. Sok olyan információnk van, amelyek segíthetnek.

Például ahhoz, hogy leszokjon a dohányzásról, mert ez önre tekintve lényeges, háziorvosától is mindig kaphat támogatást, de segíthetnek a dohányzás elhagyását támogató helyi szervezetek is.

A TIA utáni első napokban és hetekben a legnagyobb a stroke veszélye, különösképpen az első 24-től 48 óráig tartó időszakban. Sürgősen kérjen segítséget.

Ha úgy gondolja, hogy TIA érte, ám utána nem kért orvosi segítséget, sürgősen jelentkezzen a háziorvosánál.

JEGYEZZE MEG!

A TIA ugyanúgy agyi keringészavar, mint a stroke, csak tünetei rövidebb ideig tartanak.

Ugyanúgy mind stroke-nál, TIA esetében is gyors orvosi segítségre van szükség. Ha Önénél vagy bárki másnál a stroke tünetei mutatkoznak, ezt a számot kell sürgősen hívnia:

Segélyhívó szám, ingyenes, mobilról is közvetlenül hívható:

104 vagy 112

(Országos Men-tőszolgálat).

LÉPJEN VELÜNK KAPCSOLATBA!



Név:

Nemzeti Stroke Prevenció és Rehabilitációs Liga

Rövid név:

Nemzeti Stroke Liga

Cím:

Észak-Közép-budai Centrum Új Szent
János Kórház és Szakrendelő
Neurológiai Osztály - Stroke Centrum
1125 Budapest, Diósárok 1-3

E-mail cím:

info@strokelifa.hu

Weboldal:

strokelifa.hu

Telefon:

(+36 1) 458-45-34

Elnök:

Dr. Folyovich András PhD



Támogató:



**Boehringer
Ingelheim**

©Stroke Association 2018. Sokszorosította a Európa területére illetékes Stroke Alliance, a Stroke Egyesület szíves engedelmével.

2. verzió

Megjelent: 2019.

Revízió: 2019.

SAFE, ASBL 0661.651.450

Item code: A01L14

Fénykép: freepik.com; Fundacja Udaru Mózgu; Studio Mzlaki, Beograd

A Stroke Liga a fordításban esetleg előforduló hibákért és az ebből eredő következményekért nem vállal felelősséget. Az eredeti információk e kiadványban csak a revízió közzétett dátumáig tekinthetők pontosaknak.

Tartsák szem előtt, hogy ezek az információk nem helyettesíthetik az önök sajátos esetére vonatkozó szakmai tanácsokat. Törekszünk a pontos és időszzerű tartalmat adni, de az információk idővel változhatnak. Jogi szempontok miatt, a Stroke Liga nem vállalja a felelősséget az e kiadványban megjelent információk, a harmadik személyek információi vagy a megjelölt honlapok felhasználásáért.

ISBN 978-1-913302-13-9



9 781913 302139