



المبادئ الإرشادية السريرية لحفظة قطر
NATIONAL CLINICAL GUIDELINES FOR QATAR

معلومات للمرضى ومقدمي الرعاية

ماذا يجب أن تعرف عن السكتة الدماغية

تاريخ النشر: ٢٦ يوليو ٢٠٢٠

تاريخ المراجعة النهائية: ٢٦ يوليو ٢٠٢٢

هل تعلم أن دماغك يحتاج إلى الأكسجين للقيام بوظائفه الطبيعية وأن الشرايين توصل الدم الغني بالأكسجين إلى الدماغ؟ إذا تم اعتراض تدفق الدم إلى الدماغ، فإن خلايا الدماغ تبدأ في الموت خلال دقائق بسبب نقص الأكسجين.

ما هي السكتة الدماغية؟

السكتة الدماغية هي نتيجة توقف وصول الدم إلى جزء من الدماغ، أو عندما تنفجر إحدى الأوعية الدموية في الدماغ. وقد يؤدي ذلك إلى تلف الدماغ.

تؤدي أجزاء مختلفة من الدماغ وظائف مختلفة. يختلف تأثير السكتة الدماغية من شخص لآخر حسب جزء الدماغ المصاب ونوع السكتة الدماغية وحجم الضرر.

تتطور الأعراض فجأة وتشمل غالباً واحداً أو أكثر مما يلي:

- الشعور بخدر أو ضعف في الذراع أو الساق، خاصة في جانب واحد من الجسم.
- الشعور بضعف في جانب واحد من الوجه.
- صعوبة في الكلام أو البلع.
- صعوبة الرؤية بإحدى العينين أو كليهما.
- صعوبة في المشي أو دوخة أو عدم القدرة على التوازن.
- صداع شديد أو صعوبة الفهم أو فقدان الوعي.

إذا كنت تشك في إصابة شخص ما بسكتة دماغية، فتصرف بسرعة من خلال تنفيذ الخطوات التالية: تحريك الوجه: اطلب من الشخص أن يتنفس وراقب إذا كان أحد جانبي الوجه يتدلى.

تحريك الذراعين: اطلب من الشخص رفع ذراعيه وراقب إذا كانت إحدى الذراعين تتجه إلى أسفل.

الكلمة: اطلب من الشخص أن يكرر عبارة بسيطة وتأكد إذا كان الكلام غير واضح.

التصرف بسرعة: في حالة وجود أي من هذه العلامات، اتصل بالرقم ٩٩٩ على الفور.

يكون العلاج أكثر فعالية عند تشخيص السكتة الدماغية بسرعة، وعند بدأ العلاج في غضون ساعات قليلة من ظهور الأعراض الأولى. قد يزيد أي تأخير من خطر حدوث تلف دائم في الدماغ.

ما الذي يسبب السكتة الدماغية؟

هناك نوعان رئيسيان من السكتة الدماغية:

- السكتة الدماغية الإقفارية (الإسكيمية):** تحدث عندما تمنع الجلطة الدموية تدفق الدم إلى المخ.
- السكتة الدماغية النزفية:** تحدث نتيجة نزيف من شريان ضعيف في الدماغ.

يمكن أن يسبب كلا النوعين ضرراً دائماً للدماغ، غالباً ما يكون له عواقب طويلة المدى.

يمكن لأي شخص أن يصاب بالسكتة الدماغية في أي عمر. لكن بعض العوامل يمكن أن تزيد من خطر الإصابة بالسكتة الدماغية. تشمل هذه العوامل:

- التقدم في السن.
- التاريخ العائلي للإصابة بالسكتة الدماغية.
- الجنس، السكتة الدماغية أكثر شيوعاً عند النساء من الرجال.
- الإصابة بسكتة دماغية أو "السكتة الدماغية الصغيرة" في الماضي.
- التدخين.
- ارتفاع ضغط الدم.
- ارتفاع نسبة الكوليسترول أو السمنة.
- الإصابة بأمراض القلب.
- الإصابة بمرض السكري.



ماذا سيفعل طبيبك؟

العناية الطارئة: يجب أن يتم تقييم حالتك على الفور من قبل الأطباء في قسم الطوارئ.

لتشخيص السكتة الدماغية، سيشرح طبيب قسم الطوارئ بعض الأسئلة حول الأعراض والوقت الذي بدأت فيه الأعراض ويجري لك فحصاً بدنياً بحثاً عن علامات السكتة الدماغية.

إذا كانت الأعراض والعلامات تشير إلى حدوث سكتة دماغية، فقد يطلب الطبيب إجراء بعض الفحوصات بسرعة لتأكيد نوع السكتة الدماغية وسببها الأساسي. قد تشمل هذه الفحوصات:

- صورة بالأشعة المقطعية أو صورة بالرنين المغناطيسي للدماغ.
- فحص نسبة السكر والكوليسترول في الدم.
- صورة للصدر بالأشعة السينية وتخطيط للقلب.

بمجرد التأكد من نوع السكتة الدماغية، سيبدأ طبيبك العلاج الطارئ على الفور وسيتم إدخالك إلى المستشفى للحصول على رعاية متخصصة إضافية.

ما هو علاج السكتة الدماغية؟

يبدأ عادةً علاج السكتة الدماغية بمجرد وصول سيارة الإسعاف لنفلك إلى المستشفى.

يبدأ فريق الإسعاف العلاج في طريقه إلى قسم الطوارئ وجمع أيضاً المعلومات المهمة التي تؤثر على علاجك ويقوم بتبنيها طاقم الطوارئ قبل وصولك إلى المستشفى.

يعتمد علاج السكتة الدماغية في المستشفى على سببها أو نوع السكتة الدماغية. ومع ذلك، يتم استخدام ثلاث طرق رئيسية للعلاج، وهي:

علاجات الطوارئ، وتشمل:

- أدوية تفتت تجل الدم:** تستخدم هذه الأدوية لتفتت جلطات الدم ويتم عادةً إعطاؤها إذا وصلت إلى المستشفى خلال ٣ ساعات من بدأ الأعراض الأولى للسكتة الدماغية.
- العمليات الجراحية:** تهدف هذه العمليات إلى وقف النزيف في حال السكتات الدماغية الناتجة عن نزيف في الدماغ (السكتات الدماغية النزفية).

علاج لمنع حصول سكتة دماغية أخرى. قد يوصي طبيبك بالخيارات التالية للوقاية من السكتة الدماغية في المستقبل:

- تناول أدوية "مسيّلة للدم" مثل الأسبرين.
- تناول أدوية للسيطرة على أي مرض كامن آخر.
- اعتماد تغييرات في نمط حياتك مثل اتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة واتباع عادات يومية صحية.

علاج إعادة التأهيل.

قد تحتاج إلى إعادة تأهيل لمساعدتك على التعافي التام بعد السكتة الدماغية. قبل خروجك من المستشفى، سيتم وضع خطة علاج بحسب احتياجاتك، لأنواع مختلفة من العلاجات.

يمنحك العلاج السريع والجيد فرصة للشفاء التام من السكتة الدماغية.

ولكن، سيعتمد نجاح العلاج على درجة تلف الدماغ الناجم عن السكتة الدماغية وما إذا كان لديك أي مشاكل صحية أساسية أخرى.

كيفية الوقاية من السكتة الدماغية

يمكنك الوقاية من السكتة الدماغية من خلال السيطرة الأمراض التي تعاني منها، واتباع نظام حياة صحي مثل:

- تناول طعام صحي مثل الأكل القليل الدهون المشبعة والكوليسترول والملح.
- الحفاظ على وزن صحي.
- ممارسة الرياضة المعتدلة الشدة بانتظام، لمدة ساعتين ونصف على الأقل كل أسبوع.
- التوقف عن التدخين.
- التحكم في الأمراض الكامنة مثل ارتفاع ضغط الدم ومرض السكري عن طريق تناول الأدوية الموصوفة لك بانتظام.



إذا كنت قد أصبت سابقاً بسكتة دماغية، فأنت معرض لخطر الإصابة بسكتة دماغية أخرى. من المهم معالجة الأسباب الأساسية للسكتة الدماغية، مثل أمراض القلب وارتفاع ضغط الدم وارتفاع الكوليسترول في الدم ومرض السكري.



المتابعة

إذا كنت قد أصبت بسكتة دماغية، فستحتاج إلى زيارة طبيبك بانتظام لإجراء الفحوصات ومتابعة العلاج بعد خروجك من المستشفى.

خلال زيارات المتابعة، يمكنك مناقشة الأدوية الموصوفة لك مع طبيبك.

تسمح الفحوصات المنتظمة بمراقبة أي حالة صحية أساسية مرتبطة بالسكتة الدماغية وتوفير فرصة للحصول على النصائح حول تغييرات نمط الحياة.

استشر طبيبك قبل تناول أي دواء بديل أو أعشاب أو أدوية بدون وصفة طبية لأنها قد تتفاعل مع الأدوية التي تتناولها.

معلومات إضافية

يمكن الحصول على معلومات إضافية عن السكتة الدماغية من خلال الإرشادات الوطنية السريرية: علاج وتقييم السكتة الدماغية.

هذا الدليل متاح للجميع من خلال الرابط التالي لموقع وزارة الصحة العامة:

www.moph.gov.qa