



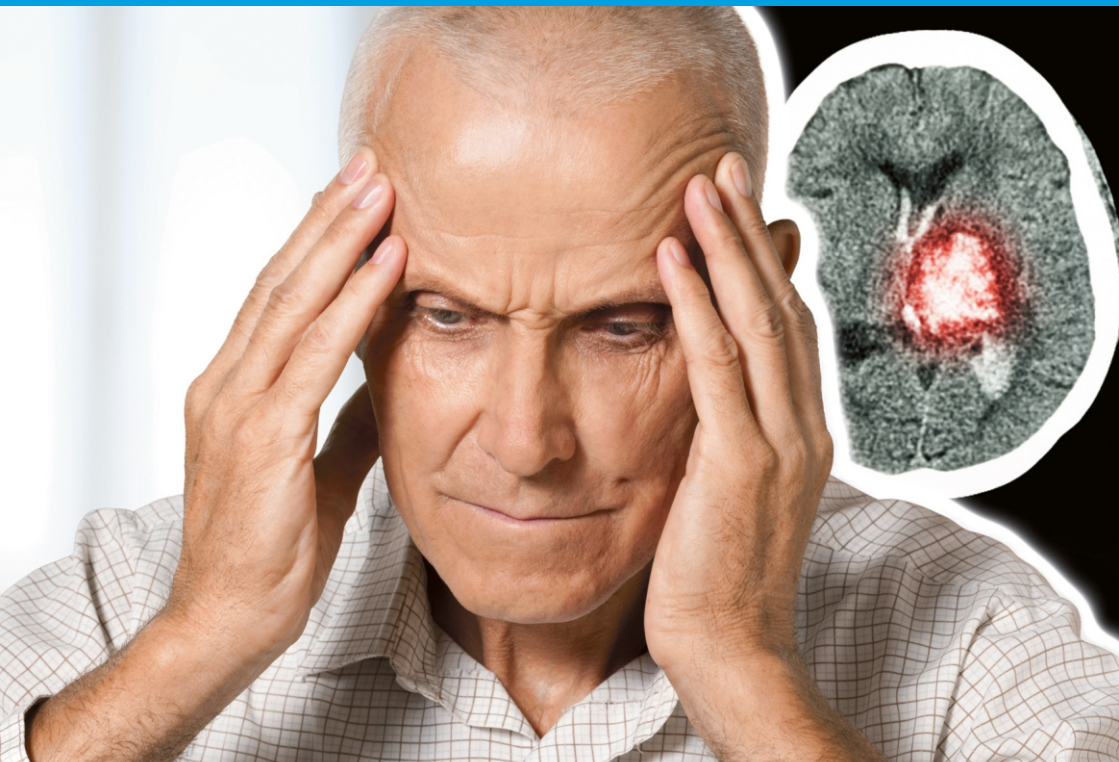
CO **6,5 MIN.** KTOŚ
W POLSCE DOZNAJE
UDARU MÓZGU,
TO **OKOŁO 75 TYSIĘCY**
OSÓB ROCZNIE.



OKOŁO **16% CHORYCH**
UMIERA W WYNIKU UDARU
MÓZGU W CIĄGU PIERWSZEGO
MIESIĄCA OD ZACHOROWANIA.
OKOŁO **30% CHORYCH** UMIERA
W CIĄGU ROKU.



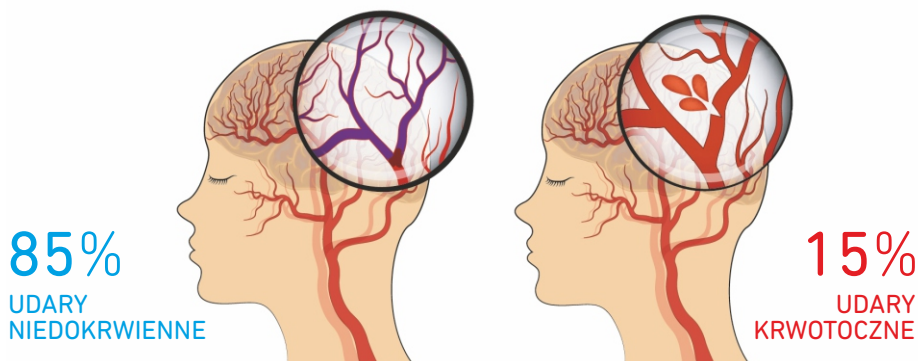
20% CHORYCH, KTÓRZY
PRZEŻYWAJĄ OSTRĄ FAZĘ UDARU,
WYMAGA STAŁEJ OPIEKI, A **30%**
– POMOCY W NIEKTÓRYCH
CZYNNOŚCIACH ŻYCIA
CODZIENNEGO.



UDAR MÓZGU

JEST 2. NAJCZĘSTSZĄ PRZYCZYNĄ ZGONU,
ZARAZ PO CHOROBACH SERCA I NAJWAŻNIEJSZĄ
PRZYCZYNĄ NIESPRAWNOŚCI OSÓB DOROSŁYCH.
W CIĄGU CAŁEGO ŻYCIA UDARU DOZNA 1 NA 4 OSOBY.

UDAR MÓZGU TO ZABURZENIE NEUROLOGICZNE, KTÓREGO PRZYCZYNĄ JEST USZKODZENIE LUB ZABLOKOWANIE NACZYNNIA KRWIONOŚNEGO DOPROWADZAJĄCEGO TLEN I SUBSTANCJE ODŻYWCZE DO MÓZGU.



UDAR MÓZGU MOŻNA LECZYĆ. WCZESNA HOSPITALIZACJA I ZASTOSOWANIE ODPOWIEDNIEJ TERAPII MOŻE URATOWAĆ ŻYCIE I UCHRONIĆ PRZED INWALIDZTWE.

W przypadku udaru niedokrwiennego stosowane jest leczenie fibrynolityczne. Terapia ta usuwa przyczynę powstania udaru poprzez rozpuszczenie skrzepu, który zablokował przepływ krwi do mózgu. Warunkiem podjęcia takiego leczenia jest szybkie dotarcie pacjenta do szpitala. Leczenie można podjąć do 4,5 godziny od wystąpienia objawów udaru. Inną opcją leczenia jest trombektomia mechaniczna, która udrażnia naczynie poprzez mechaniczne usunięcie skrzepu. Trombektomia mechaniczna w ciągu 6. pierwszych godzin od wystąpienia udaru zwiększa szansę poprawy stanu zdrowia pacjenta - w szczególności zmniejszenie późniejszego stopnia niesprawności.

Aktualnie nie ma jeszcze leku, który można zastosować w przypadku udaru krwotocznego, ale również w tym typie udaru szybka hospitalizacja na oddziale udarowym zwiększa szanse chorego na przeżycie i ograniczenie niepełnosprawności.

Oprócz leczenia dostosowanego do indywidualnych potrzeb pacjenta, ważne jest szybkie rozpoczęcie rehabilitacji.

PODSTAWĄ SKUTECZNEJ PROFILAKTYKI UDARU MÓZGU JEST ZNAJOMOŚĆ CZYNNIKÓW RYZYKA. NA CZĘŚĆ Z NICH NIE MAMY WPŁYWU, ALE WIĘKSZOŚĆ MOŻEMY OGRANICZAĆ I MODYFIKOWAĆ.

CZYNNIKI RYZYKA UDARU MÓZGU:

NA KTÓRE MAMY WPŁYW:

- **choroby serca** (np. migotanie przedsionków)
- **nadciśnienie tętnicze**
- **wysoki poziom cholesterolu**
- **cukrzyca**
- **palenie tytoniu**
- **nadużywanie alkoholu**
- **stres**

NA KTÓRE NIE MAMY WPŁYWU:

- **wiek** (ryzyko wystąpienia udaru mózgu wzrasta powyżej 55. roku życia, ale zdarza się również, że młode osoby doznają udaru)
- **płeć** (do udaru częściej dochodzi u mężczyzn)
- **czynniki genetyczne**

ABY OGRANICZYĆ RYZYKO UDARU:



Stosuj dietę zdrową dla serca: ograniczaj spożycie tłuszczów nasyconych, tłuszczów trans, cholesterolu i soli. Codziennie jedz warzywa, owoce, produkty pełnoziarniste. Utrzymuj prawidłową masę ciała



Ćwicz regularnie



Przestrzegaj zaleceń lekarza – nie rezygnuj na własną rękę z leczenia i nie modyfikuj go samodzielnie



Bądź aktywny fizycznie – spaceruj, pracuj w ogrodzie, itp.



Ograniczaj spożycie alkoholu



Rzuć palenie



Regularnie kontroluj ciśnienie krwi

UDAR

TRUDNIONA MOWA

ŁÓŃ/RĘKA OPADAJĄCA

SYMETRIA UST

REAGUJ NATYCHMIAST!


DZWOŃ **999** LUB **112**

WWW.STOPUDAROM.PL FACEBOOK.COM/STOPUDAROM

ROZPOZNAJ! REAGUJ!

**ZNAJOMOŚĆ OBJAWÓW UDARU
MÓZGU I SZYBKA REAKCJA
MOGĄ URATOWAĆ ŻYCIE!**



www.stopudarom.pl
 StopUdarom

