

Mozgová porážka je „hra“ o čas

Cievna mozgová príhoda (CMP), ľudovo porážka, patrí k najzávažnejším ochoreniam srdcovo-cievneho systému. Označuje sa aj ako mozgový infarkt, apoplexia či iktus a dôsledky môžu byť až fatálne.

Pri príležitosti Svetového dňa cievnych mozgových príhod (29. október) patientska organizácia Sekunda pre život (www.sekundaprevivot.sk) pripravovala edukatívnu kampaň o CMP pre laikov, v rámci ktorej nakrúcala inštruktážne videá v neurorehabilitačnej nemocnici Sanom. Mozgovej porážke, jej liečbe i prevencii je totiž dôležité venovať pozornosť počas celého roka, nielen jeden deň v roku.

DVA TYPY PORÁŽKY

CMP môže byť výsledkom buď bezprostredného upchatia/kritického zúženia mozgovej tepny – vtedy ide o ischemickú cievnu mozgovú príhodu, alebo krvácania z prasknutej mozgovej cievy – vtedy má prívlastok hemoragická. Častejšie sú ischemické CMP, tvoria takmer 90 % z celkového počtu porážok. Pri tomto type sa kriticky obmedzí alebo úplne preruší prítok krvi do mozgu. Mozgovým bunkám sa tak nedostáva dostatok kyslíka a živín a postupne sa poškodzujú až odumierajú. Z príčin spomeňme napríklad ochorenie malých mozgových ciev pri hypertenzii, cukrovke, aterosklerózu veľkých mozgových tepien, a to zvlášť u fajčiarov. Príčinou môže byť aj kardioembolizmus – vtedy mozgovú cievu upcháva zrazenina uvoľnená zo srdca pri poruche srdcového rytmu alebo po infarkte myokardu. Zo zriedkavých príčin je to napríklad zápal ciev, natrhnutie cievnej steny, niektoré zriedkavé choroby. Niekedy sa príčinu ischemickej porážky ani nepodarí odhaliť.

HEMORAGICKÁ CMP

Intrakraniálne (vnútrolebečné) krvácanie – príčina hemoragickej porážky, môže mať rôzne príčiny. Obvykle je to krvácanie do hlbokého mozgového tkaniva u pacientov s hypertenziou. Ďalšou najčastejšou príčinou je subarachnoidálne krvácanie medzi mozgové obaly z prasknutej cievnej výdute – aneurizmy. Určite si kladiete otázku, ako laik spozná, že ide o porážku. Neurologička MUDr. Miriam Cingelová z neurorehabilitačnej nemocnice Sanom v Bratislave vysvetľuje, že „príznakov, ktoré ukazujú prítomnosť CMP u človeka je mnoho. Korelujú s postihnutím určitej časti mozgu. Pre laikov sú odhaliteľné hlavne tieto signály: náhle oslabenie polovice tela, pokles ústneho kútika, náhla porucha reči, neschopnosť



FOTO - X

vyjadriť sa, artikulovať či porozumieť reči, náhla porucha zraku alebo výpadok zorného poľa, prudká bolesť hlavy, dvojité videnie, náhly pocit závratu s poruchou stability a v neposlednom rade bezvedomie. Pri CMP môžu byť signály často nápadné, treba si všimnúť daného človeka a čo najrychlejšie kontaktovať 112.

ČAS JE KLÚČOVÝ

Pri príznakoch porážky by mal pacient dostať pomoc najneskôr do

3,5 až 4 hodín. Prečo je čas taký dôležitý? „Keďže príčinou ťažkostí, o ktorých hovoríme, je problém s cievny zásobením mozgu, každá minúta rozhoduje o ďalšom osude človeka. Čím dlhšie je človek bez odbornej starostlivosti, tým väčšie bude poškodenie mozgu, od ktorého sa potom následne odvíja, aké rozsiahle budú následky. Účinok liečby závisí od času, preto skoršia liečba zvyšuje pravdepodobnosť priaznivého výsledku liečby,“ zdôrazňuje neurologička.

ŠPECIFICKÁ LIEČBA

Liečebné stratégie oboch typov porážky sú zásadne odlišné. Pri ischemickej je to trombolytická liečba. Neurologička hovorí, že „systémová intravenózna trombolýza sa v súčasnosti považuje za zlatý štandard v liečbe akútneho mozgového infarktu do 4,5 hod. od začiatku ťažkostí. Jej účinnosť a bezpečnosť je najvyššia, ak sa podá lege artis, t. j. v správnom čase, v správnej dávke, správne pacientovi. Trombolytická liečba spočíva v rozpustení krvnej zrazeniny určitým preparátom – podáva sa vnútrožilovo, v presne vymedzenom časovom okne.“ S trombolýzou sa spája riziko závažného krvácania s fatálnymi dôsledkami. MUDr. Cingelová však upresňuje, že liečba je indikovaná pacientovi, ktorý spĺňa vstupné a vylučujúce kritériá trombolytického protokolu. „Lekár podľa týchto kritérií rozhoduje o danej liečbe. Vstupné CT mozgu musí byť v norme, alebo preukazuje včasné ischemické zmeny malého či stredného rozsahu.“ A ako sa lieči hemoragická CMP? „Jej liečba je komplikovaná a mnohoraká. Predovšetkým je nutné zabrániť vzniku vnútrolebečného pretlaku, podávame preto lieky proti opuchu mozgového tkaniva, upravuje sa vysoký krvný tlak, normalizuje sa stupeň krvácanosti a zrážanlivosti krvi. V najzávažnejších prípadoch,

ak je krvácanie masívne a postupujúce, je indikovaná chirurgická liečba,“ dopĺňa neurologička.

MULTIDISCIPLINÁRNY TÍM

Čo čaká pacienta po prekonaní porážky? „Ak má mať šancu na zotavenie a návrat do života, v prvom rade je dôležitá včasná a efektívna neurorehabilitačná starostlivosť. Režimové opatrenia stanovuje ošetrojúci personál vzhľadom na postihnutie pacienta, ktoré môže mať rôznorodý charakter. Na liečbe pacienta po CMP sa podieľa multidisciplinárny tím odborníkov: lekári, fyzioterapeuti, logopédi, psychológovia a sociálni pracovníci. Každý jeden z nich má vlastné druhy postupov, ktoré pacientovi pomáhajú s návratom do bežného života. Cieľom je jeho plné uzdravenie, eventuálne minimalizácia neurologického deficitu do takého stupňa, aby bola zachovaná sebestačnosť a bola možná resocializácia,“ hovorí neurologička a dodáva, že napriek intravenózne trombolytickej liečbe zastáva 30 – 50 % pacientov nesebestačných a väčšina z nich vyžaduje inštitucionálnu starostlivosť. „Takúto komplexnú rehabilitačnú/multidisciplinárnu starostlivosť s cieľom zlepšiť kvalitu života pacientov ponúka aj novootvorená neurorehabilitačná nemocnica SANOM s. r. o.

DOBRE VEDIET

AKÁ JE PREVENCIA NCMP?

Základným predpokladom je podľa neurologičky eliminácia rizikových faktorov. Zdravá životospráva a dodržiavanie liečby dokážu zabrániť vzniku alebo recidíve mozgovej porážky.

- Nefajčíte.
- Zdravo sa stravujte.
- Znížte príjem soli v strave.
- Obmedzte konzumáciu alkoholu
- Denne si doprajte dostatok pohybu – ak môžete, pravidelne cvičte.
- Znížte nadmernú telesnú hmotnosť.
- Obmedzte stresové zaťaženie.
- Sledujte svoj tlak krvi v domácom prostredí.
- Dodržiavajte preventívne prehliadky u praktického lekára – dôležité je najmä sledovanie krvného tlaku ako aj hladiny cukru a tukov v krvi.
- Berte pravidelne predpísané lieky.
- Nikdy svojvoľne žiadny liek nevysadzujte bez konzultácie s lekárom.
- Pri vedľajších alebo nežiaducich účinkoch liekov informujte lekára.