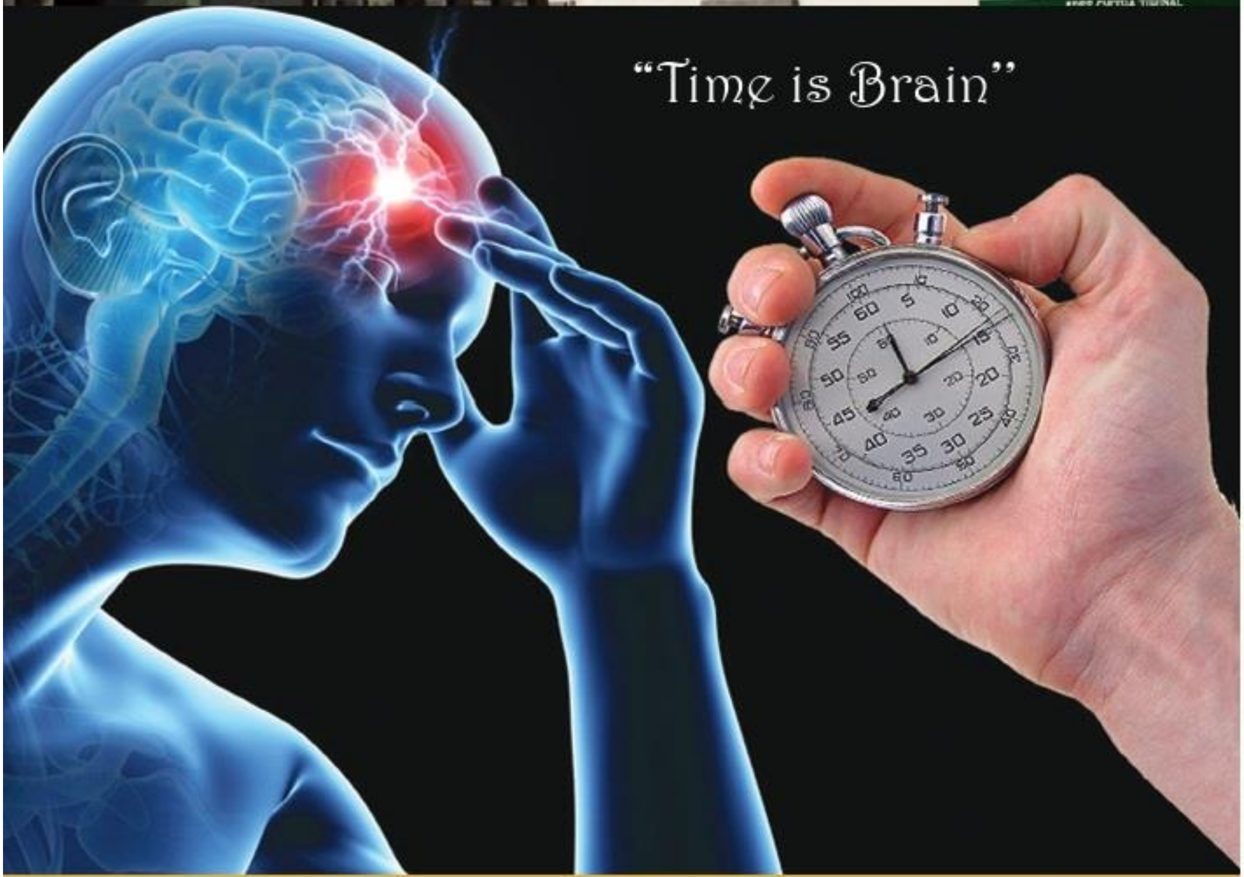


സ്ട്രോക്ക്

(മസ്തിഷ്കാഘാതം)

അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

കോംപ്രിഹെൻസീവ് സ്ട്രോക്ക് കെയർ സെന്റർ
ശ്രീ ചിത്തിര തിരുന്നാൾ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്
ഫോർ മെഡിക്കൽ സയൻസസ് & ടെക്നോളജി
തിരുവനന്തപുരം - 695011

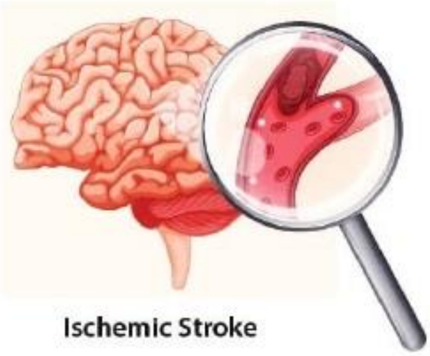
എന്താണ് സ്ട്രോക്ക് ?

നമ്മുടെ ചിന്ത, കാഴ്ച, കേൾവി, ഓർമ്മ, സംസാരം, ചലനം തുടങ്ങി എല്ലാ പ്രവർത്തനങ്ങളുടേയും നിയന്ത്രണം തലച്ചോറിന്റെ ഓരോ ഭാഗങ്ങളാണ് ചെയ്യുന്നത്. തലച്ചോറിലെ കേന്ദ്രങ്ങൾക്ക് പ്രവർത്തിക്കുവാൻ ആവശ്യമായ രക്തം ലഭിക്കാതിരിക്കുന്നതുവഴി കോശങ്ങൾക്കാവശ്യമായ പ്രാണവായു, പോഷകങ്ങൾ എന്നിവയുടെ ലഭ്യത നഷ്ടമാവുകയും അതുമൂലം മസ്തിഷ്ക കോശങ്ങളുടെ പ്രവർത്തനം സ്തംഭിച്ചു പോകുകയും ചെയ്യുന്ന അവസ്ഥയാണ് ബ്രയിൻ അറ്റാക്ക് അഥവാ സ്ട്രോക്ക്.

തലച്ചോറിലെ കോശങ്ങൾ ഒരിക്കൽ നശിച്ചാൽ അത് വീണ്ടും പുനരുജ്ജീവിപ്പിക്കുവാൻ സാധിക്കുകയില്ല. അതിനാൽ ഇതിൽ ഏതെങ്കിലും ഭാഗത്തെ കോശങ്ങൾക്ക് നാശം സംഭവിക്കുകയാണെങ്കിൽ ഇവയുടെ നിയന്ത്രണത്തിലുള്ള പ്രവർത്തനങ്ങളും തകരാറിലാവുന്നതാണ്.

സ്ട്രോക്ക് അഥവാ മസ്തിഷ്കാഘാതം രണ്ടു വിധമുണ്ട്.

തലച്ചോറിലേക്കുള്ള രക്തധമനികൾ ചുരുങ്ങുകയോ, രക്തം കട്ടപിടിച്ച് രക്തത്തിന്റെ ഒഴുക്ക് തടസ്സപ്പെടുകയോ ചെയ്യുന്നതിനെ ഇസ്കീമിക്ക് സ്ട്രോക്കെന്നും തലച്ചോറിലെ രക്തകുഴൽ പൊട്ടി രക്തസ്രാവമുണ്ടാകുന്നതിനെ ഹെമറാജിക് സ്ട്രോക്കെന്നും അറിയപ്പെടുന്നു.


Ischemic Stroke

Hemorrhagic Stroke

മസ്തിഷ്കാഘാത ലക്ഷണങ്ങൾ

- ശരീരത്തിന്റെ ഒരു വശത്ത് പെട്ടെന്ന് ബലക്കുറവോ മരവിപ്പോ ഉണ്ടാവുക.
- കാര്യങ്ങൾ പറയുന്നതിനോ കേൾക്കുന്ന കാര്യങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നതിനോ ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാവുക.
- കാഴ്ച മങ്ങുകയോ ഇരട്ടയായി കാണുകയോ ചെയ്യുക.
- മുഖം ഒരു വശത്തേയ്ക്ക് കോടിപ്പോവുക.
- നടക്കുമ്പോൾ ബാലൻസ് ചെയ്യാനുള്ള കഴിവ് പെട്ടെന്ന് നഷ്ടപ്പെടുകയും ഒരു വശത്തേയ്ക്ക് വീണു പോവുകയും ചെയ്യുക.
- പ്രത്യേകിച്ച് ഒരു കാരണവും ഇല്ലാതെ പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ശക്തമായ തലവേദന.

ഓർക്കുക! സമയം വളരെ പ്രധാനമാണ്

FAST : സ്ട്രോക്കിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ എളുപ്പത്തിൽ ഓർത്തിരിക്കുവാൻ വേണ്ടി രൂപം നൽകിയ പ്രയോഗമാണ് ഫാസ്റ്റ് (**FAST**)

മുഖം(FACE) : നന്നായി ചിരിക്കുവാൻ പറയുക, സ്ട്രോക്കുണ്ടെങ്കിൽ മുഖം ഒരുവശത്തേയ്ക്ക് കോടിപ്പോകും.

കൈകൾ (ARMS): കൈ ഉയർത്തുവാൻ പറയുക, സ്ട്രോക്കുണ്ടെങ്കിൽ ബലക്കുറവു കാരണം കൈ താഴേയ്ക്ക് ഊർന്നു പോകും.

സംസാരം (SPEECH):സംസാരിക്കുവാൻ പറയുക.അതിനു സാധിക്കാതെ വരികയോ സംസാരം കുഴഞ്ഞു പോവുകയോ ചെയ്യും.

സമയം (TIME): മുകളിൽ പറഞ്ഞ ലക്ഷണങ്ങൾ ഏതെങ്കിലും ഉണ്ടെങ്കിൽ എത്രയും വേഗം രോഗിയെ സ്ട്രോക്ക് ചികിത്സാ സൗകര്യമുള്ള ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുക.

മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ എല്ലാം ഒരുമിച്ച് ഉണ്ടാവണമെന്നില്ല. രോഗിക്ക് ലക്ഷണങ്ങൾ ഒന്നോ ഒന്നിലധികമോ ഉണ്ടായേക്കാം. ശരിയായ സമയത്തിനുള്ളിൽ രോഗിയെ ചികിത്സാ സൗകര്യമുള്ള ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കാൻ സാധിച്ചില്ലെങ്കിൽ ചികിത്സ മൂലമുള്ള പ്രയോജനം കുറഞ്ഞേക്കാം

ട്രാൻസിയന്റ് ഇസ്കിമിക്ക് അറ്റാക്ക് (TIA) എന്താണ്?

മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ മുന്നോടിയായി കണ്ടുവരാറുള്ള അവസ്ഥയാണ് TIA. ഈ അവസ്ഥയിൽ രോഗിക്ക് താരതമ്യേന ലഘുവായ രീതിയിൽ മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ ഉണ്ടാവുകയും കുറച്ചു സമയങ്ങൾക്ക് ശേഷം പൂർണ്ണമായും പൂർവ്വസ്ഥിതിയിലേയ്ക്ക് എത്തിച്ചേരുകയും ചെയ്യുന്നു. ഈ അവസ്ഥയെ അർഹിക്കുന്ന ഗൗരവത്തോടെ കാണുകയും ശരിയായ ചികിത്സ എടുക്കേണ്ടതും ആവശ്യമാണ്. അത് പിന്നീട് മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ ഗുരുതരമായ പ്രശ്നങ്ങളിൽ നിന്നും നിങ്ങളെ രക്ഷിച്ചേക്കാം.

ഓർത്തിരിക്കുക TIA യ്ക്കു ശേഷം വലിയ സ്ട്രോക്ക് വരാൻ 10 – 20% സാദ്ധ്യതയുണ്ട്. ഇതിൽ പകുതിയും ആദ്യത്തെ 48 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽതന്നെയുമായിരിക്കും.

ഓർക്കുക! സമയം വളരെ പ്രധാനമാണ്

മസ്തിഷ്കാഘാതം - അടിയന്തിര ചികിത്സ

മസ്തിഷ്കാഘാതം ഉണ്ടായി മൂന്നു മണിക്കൂർ ആകുമ്പോഴേക്കും കാര്യമായ കോശനാശം ഉണ്ടായി തുടങ്ങും.

1. രോഗിക്ക് ഉടൻ തന്നെ വൈദ്യസഹായം ലഭിക്കുവാനുള്ള ഏർപ്പാട് ചെയ്യുക. എത്രയും വേഗം രോഗിയെ സ്ട്രോക്ക് ചികിത്സാ സൗകര്യമുള്ള ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുക.
2. 4½ മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ തന്നെ രക്തം കട്ടപിടിച്ചത് മാറ്റുവാനുള്ള മരുന്ന് rtPA - recombinant tissue Plasminogen Activator (ത്രോംബോലൈറ്റിക് തെറാപ്പി) നൽകുക.
3. ആറ് മണിക്കൂർ വരെയുള്ള സാഹചര്യങ്ങളിൽ കത്തീറ്റർ വഴിയുള്ള മെക്കാനിക്കൽ ത്രോംബെക്ടമി ചികിത്സയും ചെയ്യാവുന്നതാണ്. ഒരു ചെറിയ ശതമാനം രോഗികൾക്ക് ഈ ചികിത്സ 24 മണിക്കൂർ വരെയും ചെയ്യാവുന്നതാണ്. (രോഗിയെ കൂടുതൽ പരിശോധനകൾക്ക് വിധേയമാക്കിയും അയാളുടെ തലച്ചോറിന്റെ കോശങ്ങൾക്ക്അധികം നാശം സംഭവിച്ചിട്ടില്ലാത്തതുമായ സാഹചര്യത്തിൽ)
4. രക്തസ്രാവം മൂലമുള്ള ഹെമറാജിക്ക് സ്ട്രോക്ക് ഉണ്ടായവരിൽ രക്തസ്രാവത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതിനുള്ള ചികിത്സയും നൽകേണ്ടതാണ്-ബ്ലഡ് പ്രഷർ നിയന്ത്രണം, അപൂർവ്വ ഘട്ടങ്ങളിൽ ശസ്ത്രക്രിയ.

മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ അനന്തരഫലങ്ങളെ എങ്ങനെ നേരിടാം.

1. **ഫിസിയോതെറാപ്പി :**

   സ്ട്രോക്ക് മൂലം ചലനശേഷി കുറഞ്ഞ/നഷ്ടപ്പെട്ട ശരീരഭാഗങ്ങൾക്ക് ചലനശേഷി വീണ്ടെടുക്കുവാനും, ചലനാത്മക ബാലൻസ് മെച്ചപ്പെടുത്തുവാനും, ശാരീരകമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾ പുനഃസ്ഥാപിക്കുവാനും സഹായിക്കുന്നു. ചലനശേഷി വീണ്ടെടുക്കുന്നതിനും പേശികളെ ശക്തിപ്പെടുത്തുന്നതിനും വിവിധതരം വ്യായാമമുറകൾ ഫിസിയോതെറാപ്പിയിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു.

2. **സ്പീച്ച് തെറാപ്പി :**

   സംസാരശേഷി നഷ്ടപ്പെട്ട മസ്തിഷ്കാഘാത രോഗികളിൽ ഭാഷ എങ്ങനെ ഉപയോഗിക്കണമെന്നും ആശയവിനിമയത്തിനുള്ള ബദൽ മാർഗ്ഗങ്ങൾ വികസിപ്പിക്കുന്നതിനും സഹായിക്കുന്നു.

3. **ഒക്കുപ്പേഷണൽ തെറാപ്പി :**

   ദൈനംദിന ജീവിതത്തിലെ പ്രവർത്തനങ്ങൾ കൈവരിക്കുവാൻ സഹായിക്കുന്നു.

വീണ്ടും മസ്തിഷ്കാഘാതം വരാതെ എങ്ങനെ നോക്കാം

1. ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം, പ്രമേഹം, കൊളസ്ട്രോൾ ഇവ ചികിത്സവഴി നിയന്ത്രിക്കുക.
2. പുകവലി പൂർണ്ണമായും ഉപേക്ഷിക്കുക.
3. രക്തത്തിന്റെ കട്ടി കുറയ്ക്കുന്ന മരുന്നുകൾ ഡോക്ടറുടെ നിർദ്ദേശപ്രകാരം ഉപയോഗിക്കുക.
4. കഴുത്തിലെ രക്തക്കുഴലുകളിൽ ബ്ലോക്ക് ഉണ്ടോയെന്ന് അനുയോജ്യമായ ടെസ്റ്റുകൾ വഴി നിങ്ങളുടെ ഡോക്ടർ കണ്ടുപിടിക്കുകയാണെങ്കിൽ, അദ്ദേഹത്തിന്റെ നിർദ്ദേശം അനുസരിച്ച് ഓപ്പറേഷൻ - കരോട്ടിഡ് എൻഡാർട്ടെറെക്ടമി അല്ലെങ്കിൽ കരോട്ടിഡ് സ്റ്റെന്റിംഗ് എന്ന ചികിത്സയിലൂടെ ബ്ലോക്ക് മാറ്റാവുന്നതാണ്.

മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ അപകടഘടകങ്ങൾ

മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ അപകടഘടകങ്ങളെ രണ്ടായി തിരിക്കാം. മാറ്റം വരുത്താവുന്നവയും മാറ്റം വരുത്താൻ കഴിയാത്തവയും.

മാറ്റം വരുത്താൻ കഴിയുന്ന പ്രധാന കാരണങ്ങളാണ് ബ്ലഡ് പ്രഷർ, പ്രമേഹം, കൊളസ്ട്രോൾ, പുകവലി, മദ്യപാനം തുടങ്ങിയവ. ഇവ പ്രധാനമായും രക്തക്കുഴലുകളിൽ തടസ്സം ഉണ്ടാക്കുകയും ഒരു പരിധിയ്ക്കപ്പുറത്തേയ്ക്ക് ഈ തടസ്സം അധികരിച്ചാൽ അതിന്റെ ഉപരിതലത്തിൽ പൊട്ടലുണ്ടാവുകയും രക്തം കട്ടപിടിച്ച് അവിടം പൂർണ്ണമായി അടഞ്ഞുപോവുകയും അല്ലെങ്കിൽ രക്തക്കട്ട അവിടെനിന്നും മറ്റൊരു ഭാഗത്തേയ്ക്കുമാറി രക്തക്കുഴലിനെ പൂർണ്ണമായും അടച്ചുകളയുകയോ ചെയ്യാം.

മറ്റു അപകടഘടകങ്ങൾ

താരതമ്യേന പ്രായം കുറഞ്ഞ രോഗികളിൽ മറ്റു കാരണങ്ങൾകൊണ്ടും പക്ഷാഘാതം ഉണ്ടാകാറുണ്ട്. (ഉദാ: രക്തക്കുഴലിന്റെ ഭിത്തിയിൽ പൊട്ടൽ വീണ് രക്തകുഴൽ അടയുന്ന അവസ്ഥ (dissection).

കാർഡിയോ എംബോളിക് സ്ട്രോക്ക് (Cardioembolic stroke)

ഹൃദയത്തിനുള്ളിൽ രക്തകട്ട ഉണ്ടായി അവ രക്തകുഴലുകളിൽ എത്തിപ്പെട്ട് രക്തകുഴൽ അടയുന്ന അവസ്ഥ, ഹൃദയവാൽവുകൾക്കുള്ള തകരാറ്, കൃത്രിമ വാൽവുകൾ, ഹൃദയം ക്രമം

തെറ്റി പ്രവർത്തിക്കുന്ന അവസ്ഥ (Atrial fibrillation), ഹൃദയപേശികളുടെ ബലക്കുറവും, അപര്യാപ്തമായ ഹൃദയ സങ്കോചവികാസങ്ങളും എന്നിവയാണ് ഹൃദയത്തിനുള്ളിൽ രക്തകട്ട ഉണ്ടാകുവാൻ കാരണമാകുന്ന മറ്റു ഘടകങ്ങൾ.

രോഗിയുടെ കുടുംബാംഗങ്ങൾക്കുള്ള നിർദ്ദേശങ്ങൾ

1. മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കുക.
2. വിദഗ്ദ്ധ ഡോക്ടറുടെ ചികിത്സ എത്രയും പെട്ടെന്ന് രോഗിക്ക് ലഭ്യമാക്കുക.
3. മരുന്നുകൾ മുടങ്ങാതെ നൽകുക.
4. ഫിസിയോതെറാപ്പി, സ്പീച്ച് തെറാപ്പി എന്നിവ കൃത്യമായി നൽകുന്നതുമൂലം മസ്തിഷ്കാഘാതത്തിൽ നിന്നുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ പരമാവധി വീണ്ടെടുക്കുവാൻ സാധിക്കുന്നു.
5. രോഗിക്ക് അർഹിക്കുന്ന അംഗീകാരവും സ്നേഹവും തുടർന്നും നൽകുക.

കോംപ്രിഹെൻസീവ് സ്ട്രോക്ക് കെയർ സെന്റർ ശ്രീ ചിത്തിര തിരുനാൾ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് ഫോർ മെഡിക്കൽ സയൻസസ് & ടെക്നോളജിയിൽ ലഭ്യമാകുന്ന സേവനങ്ങൾ

*സ്ട്രോക്കുണ്ടായി ആദ്യത്തെ 4½ (നാലര) മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ ആശുപത്രിയിൽ എത്തുന്ന രോഗിക്ക് ത്രോംബോലൈറ്റിക് തെറാപ്പി നൽകുന്നതാണ്.രക്തരക്തക്കട്ട അലിയിക്കാനുള്ള മരുന്ന് rtPA അഥവാ ടീനെക്റ്റേപ്ലസ് രക്തധമനികളിലൂടെ നൽകി രക്തക്കട്ട അലിയിക്കുന്ന ചികിത്സാരീതിയാണ് ഐ.വി.ത്രോംബോലൈസിസ്. ഒരു സി.റ്റി. സ്കാനിനുശേഷമാണ് ഇത് ചെയ്യുന്നത്.

*രക്തക്കട്ട അലിഞ്ഞുപോകാത്തവരിലും അല്ലെങ്കിൽ 4½ മണിക്കൂർ മുതൽ 24 മണിക്കൂർ വരെയുള്ള സമയത്ത് എത്തിച്ചേരുന്ന രോഗികളിലും, രക്തധമനികൾക്കുള്ളിലൂടെ കത്തീറ്റർ വഴി തടസ്സമുള്ള സ്ഥലത്ത് സൂക്ഷ്മ ഉപകരണങ്ങൾ കൊണ്ട് രക്തക്കട്ട മാറ്റുന്ന ചികിത്സാരീതിയും (Mechanical Thrombectomy) ലഭ്യമാണ്.

*വിവിധ ഡിപ്പാർട്ടുമെന്റുകളെ ഏകോപിപ്പിച്ചുള്ള രോഗ നിർണ്ണയവും പ്രതിരോധ ചികിത്സാ രീതി (കരോട്ടിഡ് എൻഡാർട്ടെറെക്ടമി, കരോട്ടിഡ് സ്റ്റെന്റിംഗ്).

* ഫിസിയോതെറാപ്പി
* സ്പീച്ച് തെറാപ്പി
* ഒക്കുപ്പേഷണൽ തെറാപ്പി
* സ്ട്രോക്ക് ക്ലിനിക് - എല്ലാ വെള്ളിയാഴ്ചയും

നിങ്ങളുടെ രോഗിക്ക് സ്ട്രോക്ക് ആണെന്ന് സംശയമുണ്ടെങ്കിൽ സമയം പാഴാക്കാതെ ഞങ്ങളെ വിളിക്കൂ.

ഫോൺ : 0471 2524333

ഓർക്കുക! സമയം വളരെ പ്രധാനമാണ്