

(ICH) خونریزی مغزی

اگر بیمار شما دچار خونریزی مغزی در اثر تروما یا سکته های هموراژیک شده است واکنشهای دقیق و به موقع شما می تواند در کاهش عوارض مغزی و افزایش شانس بهبودی بیمار کمک کننده باشد. ICH اغلب در افرادی که بیشترین ریسک از نظر فشار خون را دارند یا کسانی که رژیم غذایی سرشار از روغنهای ماهی مصرف می کنند بیشتر دیده می شود. مردان احتمالاً کمی بیشتر از زنان دچار ICH می شوند خطر ابتلا به ICH با افزایش سن خصوصاً وقتی که بین ۵۵-۸۰ سال قرار می گیریم افزایش پیدا می کند.

علل خونریزی مغزی

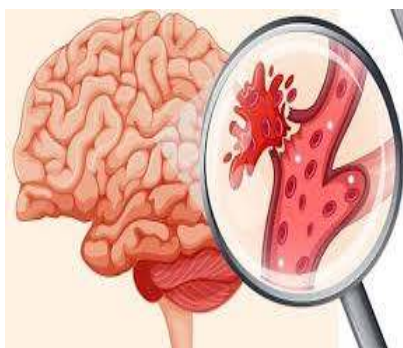
- پارگی آنوریسم
- آمبولیهای مغزی
- ترمبوز وریدی مغزی
- اختلالات انعقادی
- اکلامپسی
- استفاده از داروهای غیر مجاز
- عفونت
- بیماری داسی شکل
- سوء استفاده از داروهای تقلد سمپاتیک
- تروما
- واسکولیت

عوارض خونریزی مغزی

ICH یک عارضه مهمی است که مشکلات فراوانی برای شخص مبتلا به همراه دارد. نظیر پنومونی آسپیراسیون - هرنی مغزی - DVT (ترومبوز وریدهای عمقی) - هیدروسفالوس - دردهای عصبی - آمبولی ریوی - اسپاسم - تشنج اشکال دیگری از خونریزیهای داخلی مغزی شامل: هماتوم ساب دورال - هماتوم اپیدورال - خونریزی زیر عنکبوتیه می باشد.

اقدامات قبل از عمل

- هنگام خواب زاویه سر باید ۳۰ درجه بالاتر از بدن باشد .
- ناحیه های از موی سر شما یا همه آن تراشیده میشود. بهداشت مو و پوست سر باید با دقت رعایت شود .



- اغلب بعد از جراحی، شما به واحد مراقبتهای ویژه منتقل میشوید .
- قبل از انتقال به اتاق عمل، مثانه (ادرار) را تخلیه نمایید .
- قبل از رفتن به اتاق عمل زیور آلات، اجسام فلزی، گیره سر، دندان مصنوعی و غیره را از خود دور کنید .
- کلیه لباسهای خود (لباس زیر، جوراب و ...) را در آورید و لباس مخصوص اتاق عمل بپوشید .
- در صورت داشتن سابقه بیماری و سابقه حساسیت (دارویی، غذایی) پرستار و پزشک معالج را در جریان امر قرار دهید .
- در صورتی که بیماری خاصی دارید و تحت درمان هستید، به پزشک و پرستار خود اطلاع دهید، زیرا ممکن است نیاز باشد داروهای شما قطع و داروهای جدید جایگزین شود .
- قبل از رفتن به اتاق عمل برای شما سرم وصل شده و برای پیشگیری از عفونت طبق دستور پزشک آنتی بیوتیک تزریق میشود .
- عمل شما تحت بیهوشی عمومی انجام شود .

بعد از جراحی در آی سی یو

- در آی سی یو شما با باندی که دور سر پیچیده شده و توری سفیدی که روی سر است، در حالت نیمه هوشیار وارد اتاق آی سی یو یا بخش مراقبتهای ویژه میشوید. توری و باند نباید خیلی سفت باشد .
- ناحیه جراحی شده به یک یا چند لوله به نام درن متصل است. این لوله ها دو نوع هستند : نوعی که دارای خلاء است که روی زمین قرار میگیرد و ترشحات خونی را تخلیه میکند. نوع دیگر که خلاء ندارد، مسئول خالی کردن مایع مغزی- نخاعی است. این لوله باید حتما هم سطح سر شما یا بالاتر قرار بگیرد.
- وضعیت سر باید ۳۰ درجه بالاتر از سطح قلب قرار گرفته شود مگر اینکه جراح توصیه دیگری در این مورد داشته باشد. قرار گرفتن سر در این وضعیت باعث میشود تخلیه وریدی مغز بهتر انجام شود و فشار مغز پایین آید .
- اغلب بعد از هر جراحی، آنتی بیوتیک و مسکن تجویز میشود. همچنین داروهای دیگر مانند ضد تشنجهای استروئیدها (برای جلوگیری از تورم مغز) و... طبق دستور پزشک به شما داده خواهد شد .
- ممکن است لولههای داخل بینی (که به داخل معده برای تغذیه یا تخلیه میرود) یا لولههای داخل نای شما وجود داشته باشد. که برای تنفس و تخلیه ترشحات وارد ریه میشود. پس از کشیدن آن ها خودداری نمایید .
- سطح هوشیاری و مردمکهای شما مرتب بررسی میشود .
- شما را با سی تی اسکن های متعدد از نظر احتمال خونریزی و عوارض کنترل میکنند و در صورت نبود مشکل، به بخش مغز و اعصاب منتقل میشوید .

مراقبت بعد جراحی

- در صورت ثابت ماندن وضعیت و نبود خطر برای بیمار، حرکت دادن و تغذیه دهانی با صلاحدید پزشک آغاز میشود .
- نکته مهم در مورد این گروه از بیماران، مشکلات بلعی است و تغذیه سریع، میتواند باعث ورود غذا به مجاری تنفسی و ایجاد حالت خفگی یا ذات الریه شود. پس غذا خوردن باید کاملاً با احتیاط باشد و از غذاهای مایع و رقیق شروع و به تدریج به مقدار آن افزوده شود .
- ممکن است مدتی قادر به حرکت نباشید و نتوانید موقع راه رفتن تعادل خود را حفظ کنید و زمین بخورید . پس نظارت و کمک اطرافیان و کارکنان پزشکی هنگام راهرفتن شما ضروری است. به تنهایی اقدام به راه رفتن نکنید .
- از کلاههای ایمنی محافظ جهت جلوگیری وارد آمدن ضربه به سر استفاده کنید .
- از چرخاندن بیش از حد سر خودداری کنید .
- در صورت داشتن مزه شور در دهان یا ترشح از محل عمل باید پزشک یا پرستار در جریان قرار گیرد .
- از سرفه، عطسه و باد انداختن در بینی خودداری کنید. زیرا باعث فشار آمدن به ناحیه عمل خواهد شد .
- پوست سر کودکان نازک است به همین دلیل جهت کم کردن خطر عفونت پوست سر به علت اثرات فشاری کودک را بطور مکرر هر ۱۰ دقیقه یک بار جابه جا کنید .
- 1 تا ۲۴ ساعت بعد از عمل کودک را به صورت طاقباز قرار داده و سپس جهت پیشگیری از فشار به دریچه شنت به پهلوی سالم قرار دهید .
- سر کودک باید در امتداد بدن قرار داده شود تا از تخلیه سریع جلوگیری شود.

خودمراقبتی در منزل

تغذیه

- جهت پیشگیری از یبوست از رژیم پرفیبر (میوه ها و سبزیجات) حاوی سبوس و مایعات فراوان استفاده کنید .
- از یک رژیم غذایی سالم و کم چرب پیروی کنید .
- در صورت مصرف الکل یا نوشیدنی های کافئین دار، آن را از رژیم غذایی خود حذف نمایید .

فعالیت

- از استرس، عصبانیت، فعالیت بدنی بیش از اندازه و انجام فعالیتهای سنگین به خصوص در گرما اجتناب کنید .
- از انجام ورزش های سنگین مانند: کوهنوردی، غواصی، وزنه برداری و.... اجتناب کنید .

- پیاده روی منظم و انجام سایر انواع ورزش ها زیر نظر پزشک، در افزایش زمان بهبودی موثر است .
- از انجام هرگونه ورزش های برخوردی حداقل به مدت ۱۲ ماه بعد از عمل خودداری کنید تا مانع از ایجاد تورم در سر شود .

مراقبت

- زمانی که هوشیاری کامل، کنترل ادراری، اجابت مزاج و بلع غذا را دوباره به دست آورید، ترخیص میشوید .
- مصرف منظم داروها ضروری است .
- ممکن است بعد از عمل جراحی نقایص عصبی پیدا کنید. اختلال تکلم، انحراف در صورت، ضعف در دست و پا و مشکلات بینایی، از عوارض احتمالی جراحی هستند که در صورت ایجاد عوارض نیاز به توانبخشی شامل فیزیوتراپی، کاردرمانی، گفتاردرمانی و دیگر اقدامهای حمایتی به وسیله روانپزشک، مددکار اجتماعی و... میباشد .
- ممکن است احساس خستگی بیشتری کنید. این حالت عادی است و معمولاً در اواسط روز نیاز به استراحت کردن و خوابیدن دارید. این خستگی به تدریج و به مرور زمان از بین میرود .
- بخیه ها یا گیره های زخم به طور کامل در مدت ۷-۱۴ روز اول بعد از جراحی برداشته میشوند .
- برای مدتی طولانی قادر به تمرکز بر یک موضوع نخواهید بود. اگر شما در گذشته زیاد مطالعه میکردید، ممکن است در این وضعیت این کار برایتان دشوار باشد. این وضعیت به تدریج بهبود مییابد .
- تا ۲ هفته بعد از عمل، سردردها، فروکش میکنند. در برخی شرایط، ممکن است تا چندین ماه ادامه یابند. اگر بعد از دراز کشیدن که میخواهید از جا برخیزید به سرعت سرتان را بالا بیاورید، نه تنها ممکن است مبتلا به سردرد شوید، بلکه دچار سرگیجه هم میشوید. با قرار دادن سر خود بین زانوهایتان، فشار در سر افزایش یافته و همین امر موجب افزایش درد میشود .
- از رفتن به ساحل بپرهیزید و اگر به استخر میروید باید عمق آب به قدری کم باشد که فردی که همراه شماست بتواند سرتان را در زمان تشنج، بالای آب نگه دارد. به تنهایی شنا نکنید .
- میتوانید ۲ روز بعد از کشیدن بخیه ها، موهایتان را بشویید. میتوانید ۴ هفته بعد از عمل، موهایتان را رنگ کنید .
- تا زمانی که جراح اعصاب به شما اجازه نداده است نباید رانندگی کنید. معمولاً ۲-۴ هفته بعد از عمل با اجازه پزشک میتوانید رانندگی کنید .
- بهتر است در هنگام شب رانندگی نکنید. در مسافتات کوتاه رانندگی کنید. همواره در حین رانندگی کسی در کنار شما باشد. در ساعات شلوغ و اوج ترافیک رانندگی نکنید .
- در مسیرهای آشنا حرکت کنید .

- معمولاً لازم است که حداقل ۶ هفته به طور کامل از کار خود دور بمانید. بعد از این مدت، میتوانید در ساعات کاری محدود و با انجام وظایف سبک به محل کار خود بازگردید.

زمان مراجعه بعدی

در صورت مشاهده موارد زیر سریع به پزشک خود مراجعه نمایید :

- افزایش قرمزی ، ترشح، افزایش مایع و تورم، نشت مایع در محل عمل
- افزایش شدت سردرد
- خواب آلودگی و کسالت
- ضعف و ناتوانی
- گیجی، افتادن
- مشکل در تکلم درد در ناحیه قفسه سینه یا مشکل در تنفس
- اختلال در دید
- حمله صرع یا تشنج
- حالت تهوع و استفراغ
- حساسیت پوستی
- احساس درد یا تورم در پا و ماهیچه ساق پا
- تب بالا و تعرق و گرفتگی عضلات گردن/ بیقراری