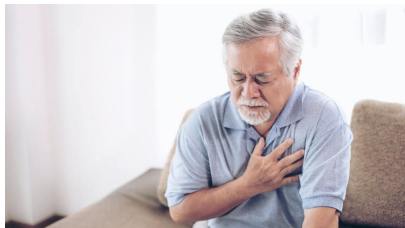


Kas yra insultas ir gyvenimo po jo iššūkiai



Insultas yra medicininė būklė, kai smegenų dalis praranda kraujo tekėjimą dėl to, kad kraujagyslė, tiekianti kraują smegenims, yra užblokuota (išeminis insultas) arba plyšta (hemoraginis insultas). Ši būklė yra neatidėliotina, nes, kai smegenų ląstelės netenka kraujo tiekimo, jos greitai pradeda žūti dėl deguonies ir maistinių medžiagų trūkumo.

Į kokius du tipus yra skirstomas insultas?

Insultas yra skirstomas į du pagrindinius tipus, priklausomai nuo jo priežasties: **išeminis ir hemoraginis**.

Išeminis insultas yra labiausiai paplitęs insulto tipas, sudarantis apie 87% visų insultų atvejų. Išeminis insultas atsiranda, kai kraujo tekėjimas į smegenų dalį yra sutrikdytas dėl užsikimšusios kraujagyslės. Tai gali atsitikti dėl kraujo krešulio (trombo), kuris susidaro smegenų kraujagyslėje, arba dėl krešulio, kuris susidaro kitoje kūno dalyje ir migruoja į smegenis su kraujo tekėjimu.

Hemoraginis insultas yra rečiau pasitaikantis, bet daug rimtesnis insulto tipas, kuris atsiranda, kai smegenų kraujagyslė plyšta arba sprogstą. Tai gali atsitikti dėl arterijos, esančios smegenų paviršiuje, plyšimo arba dėl smegenų viduje esančios kraujagyslės plyšimo.

Abu insulto tipai yra labai rimti ir gali sukelti ilgalaikes pasekmes arba net mirtį. Insulto simptomai gali būti įvairūs ir priklauso nuo to, kokia smegenų dalis yra pažeista. Jie gali apimti kalbos sutrikimus, regėjimo problemas, paralyžių arba silpnumą vienoje kūno pusėje, galvos skausmą ir koordinacijos praradimą. Išeminio ir hemoraginio insulto simptomai gali būti panašūs, tačiau jų gydymas skiriasi, todėl svarbu kuo greičiau atlikti teisingą diagnozę. Labai svarbu nedelsiant kreiptis į gydytoją, jei atsiranda bet kuris iš šių simptomų, nes insulto gydymo rezultatai gali labai priklausyti nuo to, kaip greitai jis pradedamas.

Insulto priežastys

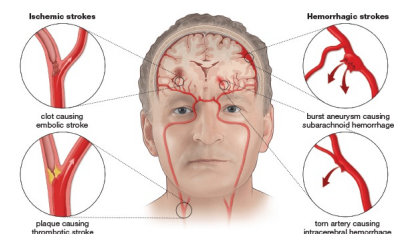
Insultas yra viena iš pagrindinių mirties priežasčių visame pasaulyje, o taip pat viena iš pagrindinių neįgalumo priežasčių. Tai yra būklė, kai smegenų dalis netenka kraujo tiekimo ir pradeda mirti, kas sukelia smegenų pažeidimą.

Insulto priežastys gali skirtis priklausomai nuo insulto tipo. Išeminių insultų priežastis yra **kraujo tekėjimo į smegenų dalį sustojimas dėl kraujagyslės užsikimšimo**. Tai gali atsitikti dėl kraujo krešulio susidarymo smegenų kraujagyslėje arba krešulio, kuris susidaro kitoje kūno vietoje ir patenka į smegenis su kraujo tekėjimu (tai vadinama embolija).

Hemoraginis insultas atsiranda, kai **smegenų kraujagyslė plyšta arba sprogstą**, dėl ko kraujas prasiskverbia į smegenų audinį. Tai gali būti sukelta aukšto kraujospūdžio, traumos, kraujagyslių anomalijų, tokios kaip aneurizma, arba tam tikrų vaistų, kurie sutrikdo kraujo krešėjimą.

Insultas yra trečia pagrindinė mirties priežastis ir pagrindinė suaugusiųjų negalios priežastis Jungtinėse Valstijose. Pasaulio sveikatos organizacijos duomenimis, kasmet pasaulyje apie 15 milijonų žmonių patiria insultą, iš kurių 5 milijonai baigiasi mirtimi, o dar 5 milijonai palieka žmones su ilgalaikiu neįgalumu.

Rizika patirti insultą didėja su amžiumi, tačiau insultas gali pasitaikyti bet kokiame amžiaus žmonėms. Kai kurie veiksniai, tokie kaip šeimos anamnezė, rasė ir lytis, taip pat gali didinti insulto riziką. Tačiau daugelis rizikos veiksnių, tokių kaip aukštas kraujospūdis, rūkymas, cukrinis diabetas, aukštas cholesterolio kiekis ir nutukimas, yra kontroliuojami ir gali būti mažinami sveikos gyvensenos priemonėmis ir / arba medikamentais.

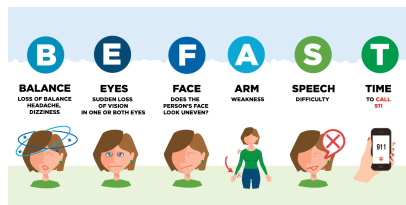


Kokius simptomus sukelia insultas?

Insulto simptomai gali labai skirtis, priklausomai nuo to, kurią smegenų dalį paveikia insultas. Tačiau yra keletas bendrų požymių, kuriuos reikėtų žinoti, kad būtų galima greitai reaguoti.

- **Veido iškrypimas.** Dažnai viena veido pusė gali pasidaryti nuleista arba paralyžuota. Kai kurie žmonės gali pastebėti, kad viena akis yra žemesnė arba burna yra iškrypusi.
- **Rankų ar kojų silpnumas.** Paralyžius ar silpnumas vienoje kūno pusėje yra labai dažnas insulto požymis. Tai gali pasireikšti kaip negalėjimas pakelti vienos ar abiejų rankų ar kojų.
- **Kalbos sunkumai.** Insultas gali sukelti sunkumų kalbėti ar suprasti kalbą. Tai gali pasireikšti kaip nesugebėjimas rasti teisingų žodžių, kalbėjimas neaiškiai.
- **Regėjimo sutrikimai.** Insultas gali sukelti regėjimo sutrikimus, tokias kaip dvigubas matymas, regėjimo praradimas vienoje ar abiejose akyse, arba staigus regėjimo pokytis.
- **Galvos skausmas.** Insultas gali sukelti labai stiprų galvos skausmą, kuris atsiranda staiga ir be akivaizdžios priežasties.
- **Sutrikusi pusiausvyra arba koordinacija.** Insultas gali sukelti staigų nestabilumą, koordinacijos praradimą arba nesugebėjimą vaikščioti.
- **Sumišimas arba orientacijos praradimas.** Kai kurie žmonės gali patirti sutrikusį mąstymą, painiavą ar orientacijos praradimą erdvėje.

Bet kuris iš šių simptomų yra neatidėliotina medicinos pagalbos reikalaujanti būklė. Jei įtariate, kad jums arba kas nors kitas patiria insultą, nedelsdami skambinkite greitosios pagalbos numeriu. Insulto pasekmės gali būti mažesnės, jei gydymas pradedamas kuo greičiau.



Kokias sveikatos komplikacijas gali sukelti insultas?

Insultas yra gyvybei grėsminga būklė, kuri gali sukelti ilgalaikių pasekmių ir komplikacijų visam gyvenimui. Štai keletas galimų insulto pasekmių:

- **Fizinės pasekmės:** Insultas gali sukelti fizinę negalią, kurios laipsnis gali skirtis nuo lengvos disfunkcijos iki sunkaus paralyžiaus. Tai gali apimti sunkumus judant, vaikščioti, r
- **Kognityvinės pasekmės:** Insultas gali turėti ilgalaikį poveikį smegenų funkcijoms, įskaitant atmintį, dėmesį, kalbos suvokimą ir gebėjimą mokytis. Tai gali sukelti demenciją ar
- **Emocinės ir psichologinės pasekmės:** Insultas gali sukelti emocines ir psichologines problemas, įskaitant depresiją, nerimą, nuotaikų svyravimus, dirglumą, baimes ir pan.
- **Socialinės ir ekonominės pasekmės:** Insultas gali turėti reikšmingą poveikį paciento gyvenimo kokybei, įskaitant jo gebėjimą dirbti, atlikti kasdienines veiklas, bendrauti ir so

Svarbu pažymėti, kad nors insulto pasekmės gali būti ilgalaikės ir kartais net negrįžtamos, daugelis žmonių su tinkama priežiūra ir reabilitacija gali atkurti tam tikras funkcijas ir gyventi produktyvų gyvenimą. Tinkama mityba, fizinis aktyvumas, reguliarūs sveikatos patikrinimai ir gydytojo nurodymų laikymasis gali padėti sumažinti insulto pasekmių sunkumą ir pagerinti gyvenimo kokybę.

Informacijos šaltiniai:

1. World Health Organization. (2019). The top 10 causes of death. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death>
2. National Institute of Neurological Disorders and Stroke. (2019). Ischemic Stroke. <https://www.ninds.nih.gov/Disorders/All-Disorders/Ischemic-Stroke-Information-Page>
3. National Institute of Neurological Disorders and Stroke. (2019). Hemorrhagic Stroke. <https://www.ninds.nih.gov/Disorders/All-Disorders/Hemorrhagic-Stroke-Information>
4. American Stroke Association. (2018). Stroke Symptoms. <https://www.stroke.org/en/about-stroke/stroke-symptoms>
5. American Stroke Association. (2018). Diagnosing Stroke. <https://www.stroke.org/en/about-stroke/diagnosing-stroke>
6. American Stroke Association. (2018). Treating Stroke. <https://www.stroke.org/en/about-stroke/treating-stroke>
7. American Stroke Association. (2018). Preventing Stroke. <https://www.stroke.org/en/about-stroke/preventing-stroke>