

آموزش جامع بیمار مبتلا به خونریزی مغزی (Intracerebral / Brain Hemorrhage)

خونریزی مغزی چیست؟

خونریزی مغزی یعنی پارگی یکی از رگ‌های خونی داخل مغز که باعث تجمع خون در بافت مغز یا اطراف آن می‌شود. این وضعیت یک اورژانس پزشکی بسیار خطرناک است.

علت‌های خونریزی مغزی

علل شایع

فشار خون بالا (شایع‌ترین علت)

آنوریسم مغزی (پارگی رگ)

ضربه به سر (تصادف، سقوط)

مصرف داروهای رقیق‌کننده خون (وارفارین، هپارین)

اختلالات انعقادی

تومورهای مغزی

مصرف مواد مخدر (مثل کوکائین)

علائم خونریزی مغزی

علائم ناگهانی و شدید:

سر درد شدید و ناگهانی ("بدترین سردرد عمر")

ضعف یا فلج یک طرف بدن

اختلال گفتار

کاهش سطح هوشیاری

تشنج

تهوع و استفراغ

تاری دید یا دوبینی

عدم تعادل

تشخیص

پزشک از روش‌های زیر استفاده می‌کند:

CT اسکن مغز (سریع‌ترین روش)

MRI مغز

آنژیوگرافی مغزی

آزمایش خون (انعقاد، CBC)

بررسی فشار خون و وضعیت عصبی

درمان خونریزی مغزی

درمان اورژانسی

کنترل فشار خون

مراقبت در ICU

کنترل راه هوایی و تنفس

داروهای ضد تشنج

کنترل فشار داخل جمجمه

درمان جراحی (در موارد شدید)

تخلیه خون

جراحی آنوریسم (کلیپ یا کوپل)

کاهش فشار داخل جمجمه (کرانیوتومی)

خودمراقبتی بعد از خونریزی مغزی

مصرف دقیق داروها

کنترل فشار خون روزانه

استراحت کافی

پرهیز از استرس

عدم مصرف سیگار و الکل

پیگیری منظم پزشکی

فعالیت

مجاز

✓ فعالیت سبک در صورت اجازه پزشک ✓ فیزیوتراپی تدریجی ✓ تمرینات توانبخشی

ممنوع

X فعالیت سنگین X بلند کردن اجسام سنگین X ورزش‌های پرفشار X خم شدن یا زور زدن شدید

تغذیه

رژیم کم‌نمک (برای کنترل فشار خون)

مصرف میوه و سبزیجات

کاهش چربی‌های اشباع

مصرف مایعات کافی

پرهیز از غذاهای فرآوری شده

نشانه‌های خطر (اورژانسی)

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

دوبینی	استفراغ شدید	کاهش هوشیاری	اختلال گفتار	تشنج	ضعف یا فلج جدید	سردرد شدید ناگهانی
						یا تاری دید شدید
					عدم تعادل ناگهانی	

این موارد نیاز به مراجعه فوری به اورژانس دارند.

مراقبت از زخم (در صورت جراحی)

تعویض پانسمان

شستشوی دست قبل و بعد

استفاده از پانسمان استریل

خشک و تمیز نگه داشتن زخم

تعویض در صورت خیس یا آلوده شدن

بررسی قرمزی، ترشح یا تورم

استحمام

فقط پس از اجازه پزشک

دوش کوتاه با آب ولرم

عدم تماس مستقیم آب با زخم (در صورت وجود بخیه)

عدم استفاده از وان یا استخر

خشک کردن کامل محل جراحی

عوارض خونریزی مغزی

فلج دائمی

اختلال گفتار

مشکلات حافظه

تشنج مزمن

کما

مرگ (در موارد شدید)

توانبخشی

فیزیوتراپی برای حرکت

گفتاردرمانی در صورت اختلال گفتار

کاردرمانی

تمرینات تعادل

در صورت هرگونه سوال به کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در طبقه همکف مراجعه کنید

شماره تماس مستقیم جهت مشاوره: 05138042027

مراقبت‌های مهم در منزل

کنترل فشار خون
مصرف داروهای ضد فشار و ضد تشنج
جلوگیری از یبوست (عدم زور زدن)
خواب کافی
پرهیز از استرس

آموزش‌های ضروری هنگام ترخیص

✓ کنترل فشار خون ✓ علائم خطر سکتۀ مجدد ✓ مصرف داروها ✓ محدودیت فعالیت ✓ مراقبت از زخم ✓ توانبخشی ✓ زمان مراجعه بعدی

منابع علمی مورد استفاده

1. Greenberg's Handbook of Neurosurgery
2. Adams & Victor's Principles of Neurology
3. Bradley's Neurology in Clinical Practice
4. Harrison's Principles of Internal Medicine
5. Brunner & Suddarth's Medical-Surgical Nursing
6. American Stroke Association (ASA) Hemorrhagic Stroke
7. National Institute of Neurological Disorders and Stroke (NINDS)
8. NICE Stroke Guidelines
9. UpToDate Patient Education – Intracerebral Hemorrhage