

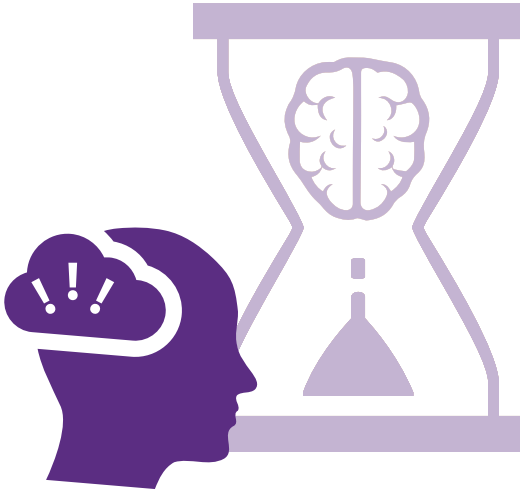
Українська Асоціація
Боротьби з Інсультом

ЖИТТЯ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ

TIA

ТРАНЗИТОРНА
ІШЕМІЧНА
АТАКА





ТРАНЗИТОРНА ІШЕМІЧНА АТАКА

Транзиторна ішемічна атака або ТІА (відома також як «малий інсульт» або «передінсультний стан») – дуже подібна до інсульту, за виключенням того, що прояви при ТІА менш тривалі. В цій брошурі розглянуті прояви ТІА, що слід робити при їх виявленні, діагностичні та лікувальні втручання при ТІА

ЩО ТАКЕ ТІА?

За механізмом виникнення та проявами ТІА (транзиторна ішемічна атака) подібна до інсульту, але при ТІА прояви тривають короткий час та минають без лікувального втручання. При ТІА тромб перекриває просвіт судини, але кровоток відновлюється самостійно. ТІА інколи називають також «малим інсультом» або «передінсультним станом», і деякі люди вважають, що це лише «кумедні перетворення». Але насправді ТІА – важлива пересторожлива ознака можливого в подальшому інсульту.

ВИЯВЛЕННЯ ПРОЯВІВ ІНСУЛЬТУ

ШПАРГАЛКА FAST*



Обличчя (Face)

Чи може людина посміхнутися? Чи не виглядає її обличчя опущеним з одного боку?



Руки (Arms)

Чи може людина підняти обидві руки та утримувати їх певний час піднятими? Чи вона не може підняти одну з рук, або піднята рука швидко падає?



Мова (Speech)

Чи може людина розмовляти та чи розуміє звернену до неї мову? Чи її мова розбірлива?



Час (Time)

Визначивши в себе чи в будь-кого хоча б одного з цих проявів – необхідно негайно, не гаячи часу, звертатися до служби екстреної медичної допомоги за тел. **103**

Шпаргалка FAST допомагає визначити три найчастіші прояви інсульту. Однак можливі і інші прояви, до яких необхідно ставитися з усією серйозністю.

**(буквальний переклад з англійської «швидко»)*

Вони охоплюють:

Раптова слабкість або «заніміння» з одного боку, включаючи ноги або руки

Труднощі у підборі слів або вимовленні чітких речень

Раптове помутніння зору або втрата (повна чи часткова) поля зору одним або обома очима

Раптова втрата пам'яті, головокружіння або раптове падіння

Раптовий, зазвичай надзвичайно сильний головний біль

Інсульт може трапитися будь в кого, в будь якому віці. Після його виникнення для своєчасного забезпечення допомоги важлива кожна секунда – необхідно негайно телефонувати за номером 103. Відрізнити ТІА від «справжнього» інсульту, якщо прояви щойно виникли, неможливо. При появі проявів інсульту чи ТІА слід негайно телефонувати до служби екстреної медичної допомоги за номером **103**.

Якщо Ви думаєте, що перенесли ТІА якийсь час тому – без зволікання зверніться до сімейного лікаря та запишіться на невідкладний прийом.



Деякі з цих проявів можуть бути обумовлені іншими причинами, наприклад зниженим рівнем цукру у крові, мігренню, захворюванням внутрішнього вуха або судомами. Однак до обстеження лікарем, зазвичай з використанням певного обладнання, неможливо з впевненістю стверджувати про ту чи іншу причину проявів.

ЩО СПРИЧИНЯЄ ТІА?

Як і інсульт, ТІА спричинюється перекриттям просвіту судини, яке перешкоджає кровопостачанню частини головного мозку. Головна

відмінність ТІА – у тому, що при ній це перекриття минуче та усувається за короткий час, завдяки чому кровопостачання відновлюється, і прояви зникають.

Причиною перекриття судини зазвичай є тромб, хоча інколи може бути і іншою – наприклад, бульбашка повітря, що потрапило у систему кровообігу, або шматочок жирових відкладень, що «відірвався від атеросклеротичної бляшки.



Тромби (кров'яні сгустки) можуть утворюватися у місцях звуження артерій або відкладень холестерину – так званих атеросклеротичних бляшок. При наявності певних захворювань серця, зокрема фібриляції передсердь, тромби можуть утворюватися у порожнині серця та, відірвавшись звідти, потрапляти у мозок.

У деяких випадках інсульт або ТІА можуть бути спричинені так званою «хворобою малих судин», при якій ушкоджуються мініатюрні судини в головному мозку. Накопичення у судинах певних речовин призводить до звуження їх просвіту, і врешті решт може спричинювати інсульт або ТІА. Інколи прояви ТІА можуть бути спричинені крововиливом в мозок.

У деяких випадках внаслідок ТІА може порушуватися зір. Це трапляється, коли перекривається просвіт судини, що живить око, і призводить до тимчасової втрати зору. Таке порушення називають «амаврозіс фугакс»



або минуща сліпота на одне око. Люди, які перенесли таке порушення, часто описують, що це відчувається, ніби перед оком виникла фіранка. Порушення зору можливе і при ураженні зорових

ділянок мозку, і в таких випадках може втрачатися зір одним або обома очима, причому випадіння полів зору може бути як повним, так і частковим.

ЯК ДІАГНОСТУЮТЬ ТА ЛІКУЮТЬ ТІА?

Початкове обстеження

Діагноз ТІА ставлять на підставі медичного обстеження та, у багатьох випадках, сканування мозку.

Можливі причини необхідності сканування наступні:

Підозра, що ТІА спричинена крововиливом

Лікар вважає необхідним визначити знаходження ділянки ТІА в мозку

Прояви подовжилися, тож скоріше наявний інсульт, ніж ТІА

Підозра, що прояви обумовлені не ТІА, а іншою причиною

Прояви можливої ТІА виникли на фоні прийому антикоагулянтів



Якщо Ви підозрюєте, що щойно перенесли ТІА, слід звернутися чи то до клініки ТІА, чи то до фахівця з інсульту. У більшості випадків доречно, щоб пацієнт, який переніс можливу ТІА, був оглянутий фахівцем з інсульту у найближчі 24 години.

Людина, яка перенесла ТІА, має підвищений ризик інсульту. Тому важливо звернутися до лікаря з проханням оцінити особистий ризик інсульту та запропонувати способи його зниження. Після перенесеної ТІА можливо уникнути чотирьох з п'яти випадків інсульту, якщо пройти належне обстеження та отримати належні лікувальні призначення.

ЛІКУВАЛЬНІ ПІДХОДИ, ЩО ЗНИЖУЮТЬ ІНДИВІДУАЛЬНИЙ РИЗИК

Імовірно, що якщо Ви перенесли ТІА, то лікар призначить Вам **ацетилсаліцилову кислоту** вже до Вашого звернення до фахівця з інсульту. Це допоможе запобігти утворенню тромбів.

ОБСТЕЖЕННЯ ФАХІВЦЕМ



Зазвичай після перенесеної ТІА Вас спрямують до невролога або фахівця з інсульту для подальшого обстеження. В деяких лікарнях та амбулаторіях сімейної медицини є спеціалізовані підрозділи допомоги пацієнтам, які перенесли ТІА або інсульт, тож можна звернутися до одного з них.

Якщо у фахівця виникає підозра, що Ви перенесли ТІА, або Ваші прояви могли бути спричинені чимось іншим, він може призначити Вам сканування головного мозку – комп'ютерну чи магніторезонансну томографію – при якому буде отримане зображення головного мозку. Це допоможе визначитися з можливими причинами перенесених Вами проявів.

Вам можуть бути виконані також деякі з наступних обстежень:

Вимірювання артеріального тиску

Електрокардіографія (ЕКГ) – дослідження електричної активності серця

Доплерівське ультразвукове обстеження – дослідження для визначення звуження чи перекриття просвіту судин ший.

Вам буде виконане дослідження крові:

Згортваність крові

Рівень цукру в крові

Рівень холестерину в крові

Якщо Вам поставлений діагноз ТІА, лікар повинен розповісти Вам про чинники ризику, які підвищують ризик інсульту, та про способи подолання ризику.

Це може полягати у прийомі ліків або зміні способу життя, зокрема – відмові від паління, дотриманні фізичної активності, обмеженні споживання алкоголю, та т.ін.

У деяких амбулаторних установах, що консультують пацієнтів, які перенесли ТІА або інсульт, надання пацієнтам рекомендацій або поточні обстеження можуть здійснюватися медичними сестрами, які мають відповідну спеціалізацію.



ЯКИЙ ВПЛИВ ТІА НА МОЄ ПОДАЛЬШЕ ЖИТТЯ?

Хоча початкові прояви ТІА доволі швидко зникають, наслідки можуть зберігатися довше.

Належне лікування може призвести до швидкого відновлення самопочуття і уникнення тривалих наслідків. Але якщо Ви відзначаєте збереження певних проявів, наприклад м'язової слабкості, порушень пам'яті, здатності говорити або сприймати мову, Вам слід звернутися до сімейного лікаря.



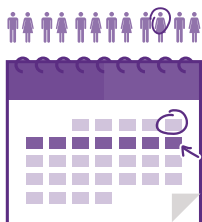
У багатьох людей після перенесеної ТІА емоційні наслідки можуть зберігатися впродовж тривалого часу. Потрясіння та гнів від того, що трапилось, страх іншої ТІА або інсульту, побоювання щодо можливих наслідків для роботи та відносин – природні емоції, які відчувають більшість пацієнтів.

Може бути корисним поспілкуватися з кимось,

хто на цьому розуміється – наприклад, звернутися до місцевої групи підтримки. Якщо Ви не знайшли такої – чому б Вам не докласти зусиль для її створення?

ЧИ БУДЕ В МЕНЕ ІНСУЛЬТ, ЯКЩО Я ВЖЕ ПЕРЕЖИВ ТІА?

ТІА – прояв того, що кровопостачання частини Вашого мозку порушене, тому у будь-кого, хто переніс ТІА, ризик інсульту підвищений.



Ризик найвищий у перші дні після ТІА, і приблизно половина усіх випадків інсульту, що трапилися у людей, які перенесли ТІА, припадають на перші 24 години. Тому екстрене обстеження дуже важливе. У одного з 12 пацієнтів, які перенесли ТІА, інсульт трапиться впродовж подальшого тижня.

Якщо після того, як у Вас трапилася ТІА, Вас екстрено обстежили, визначили імовірні причини та призначили належне лікування, ризик інсульту в подальшому різко знижується.

ЩО Я МОЖУ ЗРОБИТИ, ЩОБ ЗМЕНШИТИ РИЗИК ПОВТОРНОЇ ТІА АБО ІНСУЛЬТУ?

Розуміння того, які саме чинники спричинили у Вас ТІА, допоможе Вам знати, як Ви можете зменшити ризик виникнення інсульту або повторної ТІА.

Якщо Ви перенесли ТІА, лікар призначить Вам обстеження для виявлення порушень здоров'я, що можуть бути пов'язані з виникненням інсульту. Наявність у Вас якогось з цих порушень потребує призначення відповідного лікування для зменшення ризику повторного випадку ТІА або інсульту.

Ці порушення включають зокрема наступні:



Підвищений артеріальний тиск



Фібриляція передсердь (миготлива аритмія)



Діабет



Підвищений рівень холестерину у крові

Один з найкращих способів зменшити ризик – дотримуватися усіх призначень та рекомендацій.

Вам повинні надати поради щодо інших способів зниження ризику повторної ТІА або інсульту. Деяким людям слід позбавитися зайвої маси тіла, більше рухатися, відмовитися від паління, обмежити споживання алкоголю. Всі ці дії допоможуть також зменшити ризик і інших порушень здоров'я, а часто – і покращать Ваше самопочуття.

Якщо Ви маєте питання або побоювання щодо призначених Вам ліків, поверніться до лікаря та спитайте його про це. Скажіть йому, якщо побоюєтеся побічних дій, оскільки призначеним Вам лікам часто можна знайти альтернативи. **Ніколи не зупиняйте прийом ліків, не обговоривши це з лікарем!**



Люди часто сприймають ТІА як «попереджувальний дзвоник» і ознаку того, що слід змінити свій спосіб життя. Наявно багато інформації, яка допоможе Вам це зробити. Ви завжди можете отримати підтримку сімейного лікаря або місцевої служби допомоги у відмові від паління, та т.ін.

ПАМ'ЯТАЙТЕ



TIA – подібна до інсульту, і головна різниця полягає у тому, що її прояви тривають короткий час.



Як і інсульт, **TIA потребує екстреної медичної допомоги**. Якщо у Вас або когось іншого на Ваших очах наявні будь-які прояви інсульту, необхідно негайно телефонувати до служби екстреної медичної допомоги за тел. **103**.



TIA – ознака наявності серйозної проблеми і того, що у Вас високий ризик інсульту, який може спричинити велику шкоду.



Ризик інсульту після TIA найвищий у перші дні та тижні, особливо в перші 24-48 годин. **Не зволікайте зі зверненням по медичну допомогу.**



Якщо Ви думаєте, що могли перенести TIA та не звернутися своєчасно по медичну допомогу, **терміново** зверніться до свого сімейного лікаря.

КУДИ ЗВЕРНУТИСЯ ПО ДОПОМОГУ ТА ДОДАТКОВУ ІНФОРМАЦІЮ

«Українці проти інсульту»

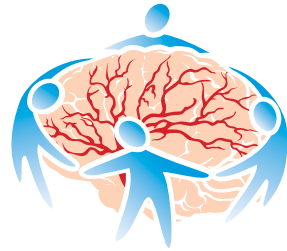
Підрозділ громадського об'єднання «Українська асоціація боротьби з інсультом» по роботі з громадськістю

Сторінка Facebook:
Стоп Інсульт



Адреса електронної пошти:
insultuni@gmail.com

Поштова адреса:
«Українці проти інсульту»
/ УАБІ,
а/с 70, Київ-100,
02100, Україна



**Українська Асоціація
Боротьби з Інсультом**



Асоціація інсульту Сполученого Королівства (Stroke Association) не несе відповідальності за будь-які помилки, привнесені в цю брошуру при перекладі на українську мову, а також за наслідки, що можуть бути спричинені такими помилками. Оригінальний вміст цієї брошури слід вважати точним лише до наведеної дати її перегляду.

Будь ласка, майте на увазі, що наведена тут інформація не може замінити професійну пораду фахівця, надану у відповідності до конкретних обставин конкретного пацієнта. Ми намагаємося забезпечити, щоб наведений тут вміст був точним та актуальним, але наші знання можуть змінюватися з часом. У дозволених законом межах Асоціація інсульту не приймає на себе відповідальності за наслідки використання інформації, наведеної в цій публікації, або інформації третіх осіб, що міститься на згаданих тут веб-сайтах, або у цитованих першоджерелах.

Асоціація інсульту – провідна благодійна організація, що ставить перед собою мету боротьби проти інсульту. Наша діяльність покладається на пожертвах з метою фінансування життєзберігаючих досліджень та життєво важливих послуг особам, які постраждали від інсульту. Для отримання більш детальної інформації телефонуйте нам на лінію підтримки +44 303 3033 100, або відвідайте наш веб-сайт stroke.org.uk. Надати зворотній зв'язок з приводу наших публікацій – звертайтеся електронним листом на адресу feedback@stroke.org.uk.

Асоціація інсульту зареєстрована як благодійна організація в Англії та Уельсі (№211015) та Шотландії (SC037789). Зареєстрована також у Північній Ірландії (ХТ33805), на острові Мен (№945) та Джерсі (NPO 369).

Ілюстрації: freepik.com; Fundacja Udaru Mózgu; Studio Mzlaki, Beograd



Підтримано з боку:



Українська Асоціація
Боротьби з Інсультом

 uabi.org.ua

 insultuni@gmail.com

 а/с 70, Київ-100, 02100, Україна

©Асоціація інсульту (Stroke Association) Сполученого Королівства 2019. Відтворено українською мовою Європейським альянсом інсульту(Stroke Alliance for Europe) з люб'язного дозволу Асоціації інсульту. Матеріал не призначений для використання з комерційною метою без дозволу.

Версія 2. Оприлюднена 2019 р.
Підлягає перегляду не пізніше квітня 2019 р.

Код виробу (оригінальної версії): A01L14
SAFE, ASBL 0661.651.450

Ілюстрації: freepik.com; Fundacja Udaru Mózgu;
Studio Mzlaki, Beograd

ISBN 978-1-913302-06-1



9 781913 302061