

Apa yang boleh dijangkakan di Hospital

Pesakit angin ahmar biasanya memerlukan kemasukan ke hospital untuk penyiasatan dan rawatan lanjut. Unit Angin Ahmar merupakan sebuah kawasan khas di hospital yang diuruskan oleh pasukan penjagaan angin ahmar daripada pelbagai disiplin khusus, di mana rawatan awal untuk angin ahmar disediakan.

PASUKAN PENJAGAAN ANGIN AHMAR

Ahli pasukan penjagaan angin ahmar mungkin terdiri daripada:



* Rujuk kepada muka surat 21, untuk ketahui nama ahli pasukan penjagaan angin ahmar anda.

PEMANTAUAN

Semasa penginapan anda di hospital, keadaan anda akan dipantau secara berkala. Ini mungkin termasuk pemeriksaan tekanan darah secara kerap dan memeriksa tanda-tanda angin ahmar anda setiap beberapa jam.

SARINGAN

Anda akan diperiksa oleh pelbagai ahli pasukan penjagaan angin ahmar, diikuti dengan langkah penyelesaian yang sesuai atau rujukan kepada profesional penjagaan kesihatan.

- ✓ Ujian menelan untuk mengesan masalah kesusahan menelan
- ✓ Risiko trombosis urat dalam disebabkan kurang mobiliti
- ✓ Status mobiliti dan fungsi terkini
- ✓ Risiko jatuh
- ✓ Risiko mendapat luka tekanan



PENYIASATAN

Anda akan menjalani beberapa ujian seperti berikut:

IMBASAN OTAK



- Sama ada imbasan **Tomografi berkomputer (CT)** atau imbasan **Pengimejan Resonan Magnetik (MRI)**
- Membantu mengenal pasti jenis, lokasi dan saiz bahagian otak yang diserang angin ahmar.

ULTRABUNYI



- Ultrabunyi pada saluran darah di leher dan otak untuk memeriksa bekalan darah di dalam otak.

UJIAN JANTUNG



- Pemeriksaan **Elektrokardiogram (ECG)** untuk sebarang denyutan jantung yang tidak serata.
- **Ekokardiogram** adalah ultrabunyi untuk memeriksa jika terdapat sebarang darah beku atau komunikasi yang tidak normal di antara ruang-ruang jantung anda.
- **Holter** memantau irama jantung dengan ECG berterusan selama 24 atau 48 jam untuk mengesan sebarang denyutan jantung yang tidak serata.

UJIAN DARAH



- Untuk menyaring faktor risiko baru atau kawalan ukuran faktor risiko sedia ada.
- Untuk mengukur jumlah sel darah anda dan memeriksa fungsi organ anda yang lain seperti buah pinggang dan hati.

UBAT-UBATAN

Doktor anda akan memberi anda preskripsi ubat-ubatan. Ini boleh diambil secara lisan atau melalui suntikan. Maklumkan kepada pasukan penjagaan angin ahmar anda jika anda sedang mengambil sebarang ubat, ubat yang boleh dibeli tanpa preskripsi atau ubat tradisional cina (TCM). Anda dinasihatkan supaya tidak mengubati diri sendiri tanpa membincangkan dahulu dengan doktor anda.

MOBILITI AWAL

Pasukan penjagaan angin ahmar anda akan menggalakkan mobiliti awal sebaik ia disahkan selamat. Ini adalah untuk menggalakkan pemulihan awal dan mencegah komplikasi. Keselamatan anda adalah keutamaan kami. Pastikan anda mendapatkan bantuan pasukan penjagaan angin ahmar anda jika perlu.

SARINGAN DAN PENCEGAHAN KOMPLIKASI AKUT SELEPAS ANGIN AHMAR

Anda akan dipantau secara teliti bagi sebarang komplikasi akut angin ahmar semasa penginapan anda di hospital.





MERANCANG BAGI PEMULIHAN

Pasukan penjagaan angin ahmar anda akan memeriksa fungsi mobiliti anda pada masa ini dan menanyakan tentang situasi sosial anda. Rancangan pemulihan semula adalah satu keputusan bersama antara anda dan keluarga anda.

Penjaga anda mungkin diperlukan untuk menjalani latihan penjaga bergantung kepada keperluan penjagaan anda.

RANCANGAN PENJAGAAN SELEPAS DIBENARKAN PULANG KE RUMAH

Memulakan rancangan selepas dibenarkan pulang ke rumah dengan segera adalah penting. Jika diperlukan, pasukan penjagaan angin ahmar akan membantu mengaturkan perkhidmatan dan menghubungi penyelia utama sebelum anda meninggalkan hospital.

Rancangan untuk dibenarkan pulang ke rumah termasuk:

- Komunikasi bertulis kepada doktor penjagaan utama anda di Klinik Swasta / Poliklinik.
- Rujukan ke Agensi Penjagaan Bersepadu (AIC) untuk mengatur perkhidmatan di hospital masyarakat, pusat-pusat pemulihan siang hari, pusat-pusat jagaan siang hari, khidmat rawatan di rumah, program perubatan di rumah dan rumah rawatan.
- Saranan bagi peralatan perubatan, peralatan mobiliti dan ubahsuai rumah.
- Penyelarasan temu janji klinik pesakit luar selepas dibenarkan pulang ke rumah.

Kawalan Faktor Risiko

Selepas diserang angin ahmar atau serangan iskemik sementara (TIA), risiko serangan angin ahmar atau TIA berulang adalah lebih tinggi. Sekitar 1 dalam 5 orang yang menghidap angin ahmar akan mengalaminya lagi dalam masa 5 tahun. Kawalan faktor risiko yang lemah akan meningkatkan kemungkinan anda mendapat serangan angin ahmar sekali lagi.

Adalah penting untuk mengurangkan risiko anda dengan:

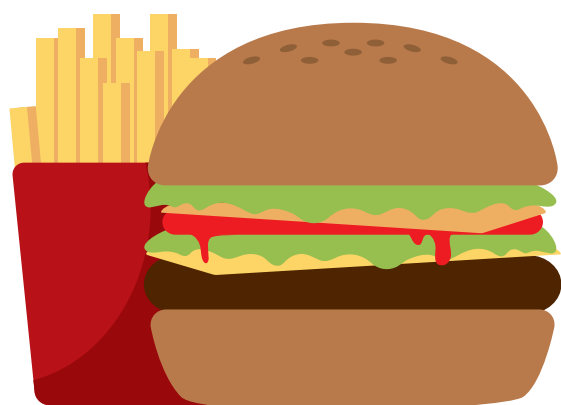
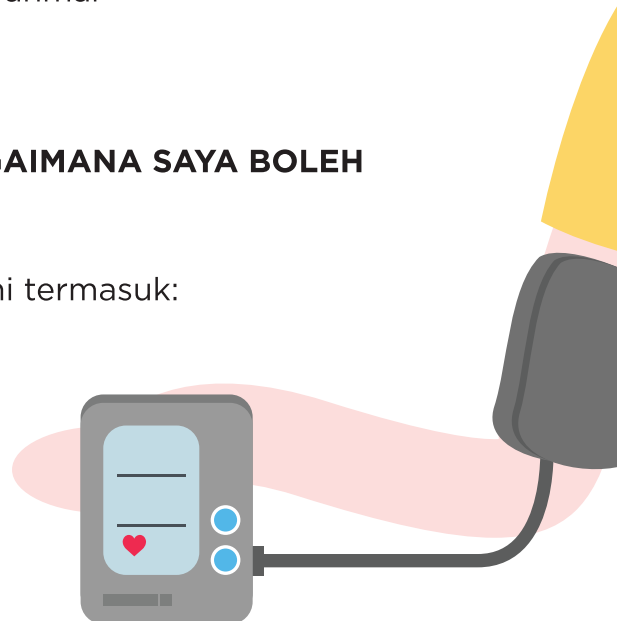
- mengetahui faktor risiko anda bagi serangan angin ahmar
- mengawal faktor-faktor risiko ini

APAKAH FAKTOR RISIKO BAGI ANGIN AHMAR? BAGAIMANA SAYA BOLEH MENGAWAL FAKTOR RISIKO SAYA?

Terdapat faktor-faktor risiko yang boleh anda kawal. Ini termasuk:

Tekanan Darah Tinggi

- Faktor risiko paling penting yang diketahui bagi angin ahmar.
- Tekanan darah tinggi yang tidak terkawal meningkatkan risiko angin ahmar sebanyak 4 kali.

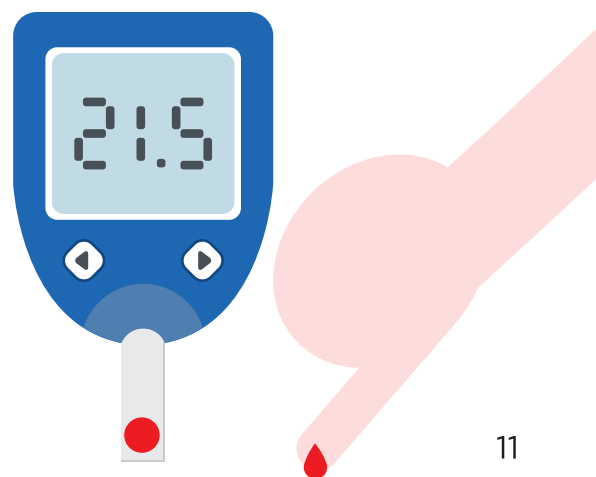


Kolesterol Tinggi (Hiperlipidemia)

- Penyebab utama kolesterol tinggi ialah diet yang tinggi lemak tepu (lemak dari sumber haiwan).
- Kolesterol tinggi mempunyai kira-kira 2 kali risiko penyakit jantung, penyumbang kepada risiko angin ahmar.

Kencing Manis

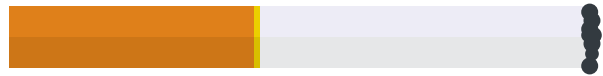
- Kencing Manis yang tidak terkawal dalam jangka masa yang panjang boleh menyebabkan kerosakan saluran darah dan saraf anda. Risiko angin ahmar adalah 1.5 kali lebih tinggi dalam pesakit kencing manis.



Merokok

- Jika anda menghisap 20 batang rokok sehari, anda enam kali lebih berkemungkinan diserang angin ahmar berbanding dengan yang tidak merokok.

* Rujuk kepada nota informasi Merokok dan Angin Ahmar untuk maklumat lanjut.



Denyutan jantung tidak serata (fibrilasi atrium atau AF)

- Akibat degupan jantung yang tidak teratur, jantung tidak mengepam dan mengosongkan darah dengan lancar atau sempurna. Ini meningkatkan risiko darah membeku dalam hati dan dalam perjalanan ke otak.
- AF meningkatkan risiko angin ahmar sebanyak 5 kali.

* Rujuk kepada nota informasi Fibrilasi Atrium untuk maklumat lanjut.

Gaya Hidup Kurang Sihat

- Tidak aktif, diet yang tidak sihat, kegemukan dan pengambilan alkohol berlebihan boleh meningkatkan risiko tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, kencing manis, penyakit jantung dan angin ahmar berulang.

* Rujuk kepada nota informasi Alkohol untuk maklumat lanjut.



Ada beberapa faktor risiko yang tidak di dalam kawalan kita. Ini termasuk:

- **Usia**
 - ▶ Angin ahmar menjejaskan semua golongan usia. Kemungkinan diserang angin ahmar berganda kira-kira setiap 10 tahun selepas usia 55 tahun.
- **Jantina**
 - ▶ Lelaki mempunyai risiko angin ahmar yang lebih tinggi berbanding wanita. Risiko angin ahmar meningkat dalam kaum wanita selepas putus haid.
- **Faktor Keturunan**
 - ▶ Terdapat beberapa sebab genetik bagi angin ahmar.
- **Angin Ahmar yang lalu, Serangan Iskemik Sementara (TIA) atau Serangan Jantung**
 - ▶ Jika anda pernah diserang angin ahmar, TIA atau serangan jantung, anda menghadapi risiko lebih besar berbanding seseorang yang belum pernah.

Rawatan untuk mengurangkan risiko angin ahmar berulang

Terdapat strategi untuk membantu mengurangkan risiko diserang angin ahmar lagi.



Ubat cair darah (Anti-Platelet)

Contohnya: Clopidogrel, Aspirin, Dipyridamole

- Anti-platelet menjadikan darah 'kurang melekit' dengan menghalang sel-sel darah yang disebut platelet daripada bergumpal dan membentuk darah beku.

Ubat cair darah (Anti-Coagulant)

Contohnya: Warfarin, Novel-Oral Anti-coagulants (Rivaroxaban, Dabigatran and Apixaban)

- Anti-coagulant ialah pencair darah yang membantu menghalang pembentukan darah beku baru dan mencegah darah beku sedia ada daripada menjadi lebih besar. Ia mengganggu fungsi faktor pembekuan darah tertentu yang diperlukan untuk membentuk darah beku.
- Ia biasanya diberikan kepada pesakit yang mengalami fibrilasi atrium (AF) dan beberapa masalah jantung dan darah yang lain.

Ubat Menurunkan Kolesterol

Contohnya: Simvastatin, Atorvastatin, Rosuvastatin, Ezetimibe, Fenofibrate, Gemfibrozil

- Terdapat ubat-ubatan untuk menurunkan paras kolesterol anda.
- Ubat statin membantu mengurangkan risiko angin ahmar dan penyakit jantung.

Mengubah-suai Gaya Hidup

- Berhenti merokok
- Hadkan pengambilan alkohol
- Amalkan diet yang sihat dan seimbang
- Lakukan senaman secara kerap
- Kekalkan berat badan yang sihat
- Ambil ubat-ubatan anda mengikut preskripsi yang ditetapkan oleh doktor anda.
- Hadiri temu janji perubatan dengan doktor anda seperti yang dijadualkan.