

STROKE HUB

பக்கவாத மையம்

பக்கவாதத்தைக் கடந்து
வாழ்பவர்கள் மற்றும் அவர்களைக்
கவனித்துக் கொள்பவர்களுக்கான
ஒரு ஆதார வழிகாட்டி

Patient Sticky Label



சிங்கப்பூரில் உள்ள அனைத்து பொது மருத்துவமனைகளின் உடனுழைப்புடன் பக்கவாத சேவைகளை மேம்படுத்தும் (SSI) அணியின் ஒரு முன்முனைவு.

அறிமுகம்

இந்த தகவல் கையேடு மருத்துவமனையில் நீங்கள் இருக்கும் சமயத்திலும் விடுவிக்கப்பட்ட பிற்பாடும் செய்யவேண்டிய கவனிப்பு பற்றியும் மற்றும் பக்கவாதம் பற்றி நீங்கள் எதிர்பார்க்கக் கூடிய ஒரு பொதுவான புரிதலையும் வழங்கும் நோக்கத்தைக் கொண்டுள்ளது.

உங்களது நிலைமை மற்றும் மேலாண்மைத் திட்டத்தை உங்களது மருத்துவ சேவைக்குழு குறிப்பான தகவல்களுடன் உங்களுக்கு வழங்குவார்கள். உங்களது நிலைமை பற்றி உங்களுக்கு கேள்விகள் ஏதாவது இருந்தால் அல்லது பக்கவாதம் பற்றி தெரிந்துகொள்ள விருப்பப்பட்டால், தயவு செய்து உங்களது பக்கவாத கவனிப்பு அணியைக் கலந்தாலோசிக்கவும்.

இந்தத் தகவலானது ஆன்லைனில் <http://healthhub.sg/strokehub> -இல் கிடைக்கும்

பொருளடக்கம்

பக்கவாதம் பற்றி மேலும் அறிதல்

| | |
|---|---|
| பக்கவாதம் பற்றி | 3 |
| பக்கவாத வகைகள் | 4 |
| மூளை பற்றி | 5 |
| பக்கவாதத்திற்கான அடையாளங்களும் அறிகுறிகளும் | 6 |

உங்களது மருத்துவமனைப் பயணம்

| | |
|---|----|
| மருத்துவமனையில் என்ன எதிர்பார்க்கலாம் | 7 |
| ஊறுபாட்டுக் காரணிகளைக் கட்டுப்படுத்துதல் | 11 |
| இன்னொரு பக்கவாதத்துக்கான ஊறுபாட்டைக் குறைக்கும் சிகிச்சைகள் | 13 |

பக்கவாதத்துக்குப் பிந்தைய நிலைமைகள்

| | |
|--|----|
| உங்களை பக்கவாதம் எவ்வாறு பாதிக்கக்கூடும் | 14 |
| பக்கவாதத்துக்குப் பின்னர் சிக்கல்நிலைகள் | 16 |

பக்கவாதத்துக்குப் பின்னர் கவனிப்பு

| | |
|--|----|
| பக்கவாதத்துக்குப் பின்னர் மறுசீரமைப்பு | 17 |
| பக்கவாதத்துக்குப் பின்னர் மேலும் உதவிகளை எங்கே பெறுவது | 18 |

பக்கவாதத்தில் அவசர நிலை

| | |
|---|----|
| பக்கவாதம் கண்டுபிடிக்க, நினைவில் கொள்: F.A.S.T. | 20 |
|---|----|

பக்கவாத பதிவுப் புத்தகம்

| | |
|--|----|
| பக்கவாத கவனிப்பு அணி | 21 |
| ஆலோசனை முன்பதிவின் பின்தொடர்தல் கண்காணிப்பு பட்டியல் | 22 |
| விடுவிப்பு சரிபார்ப்புப் பட்டியல் | 23 |
| பக்கவாதத்துக்குப் பிந்தைய சரிபார்ப்புப் பட்டியல் | 25 |
| என்னுடைய இரத்த அழுத்த நாட்குறிப்பு | 28 |
| என்னுடைய இரத்த பரிசோதனை நாட்குறிப்பு | 29 |
| என்னுடைய இரத்த உறைதல் விகித நாட்குறிப்பு | 30 |

தகவல் தாள்

உங்கள் நிலைமை பற்றி அல்லது கவனித்துக் கொள்பவர் என்ற முறையில் உங்களுக்கு இதர கேள்விகள் இருக்கலாம் என்பதை நாங்கள் ஏற்றுக்கொள்கிறோம். மேலும் அதிகமான தகவல்கள் இந்த தகவல் தாள்களின் பட்டியலில் உள்ளன. நீங்கள் இவற்றை ஹெல்த்ஹப் வலைத்தளம் மூலம் <http://healthhub.sg/strokehub> அணுகலாம்.

தகவல் தாள் பொருளடக்கப் பட்டியல்

பக்கவாதத்தின் ஊறுபாட்டுக் காரணிகளை கட்டுப்படுத்துதல்

- இரத்த ககாதிப்பு
- புகைப்பிடித்தல் மற்றும் பக்கவாதம்
- சரீ ற்ற இதயத் துடிப்பு ஏட்ரியல் ஃபிப்ரிலேஷன்
- இரத்த ககாமூப்பு
- சர்க்கரை நோய்
- ஆரோக்கியமான உணவுப் பழக்கம்
- மது அருந்துதல்

பக்கவாதத்தின் பின்விளைவுகள்

- அறிவுத்திறன் சார்ந்த பிரச்சினைகள்
- அறிவுத்திறன் பிரச்சினைகளைச் சமாளித்தல்
- உணர்ச்சி மாற்றங்கள்
- உணர்ச்சி மாற்றங்களை சமாளித்தல்
- பாலுறவு நெருக்கம்
- விறைப்புத்தன்மை
- சிறுநீர் மற்றும் மலம் கழிப்பதில் பிரச்சினைகள்

பக்கவாதத்துக்குப் பின்னர் மறுசீரமைப்பு

- பிசியோதெரபி
- தொழில்வழி சிகிச்சைமுறை
- தொடர்பில் ஏற்படும் சிரமங்களுக்கான பேச்சுச் சிகிச்சை
- முழுங்குவதில் சிரமங்கள்

பக்கவாதத்துக்குப் பின்னர் சமூக மற்றும் ஓய்வுநேர விஷயங்கள்

- வாகனம் ஓட்டுவதற்கான தகுதி
- விமானப் பயணத் திற்கான தகுதி
- நிதி உதவி
- வேலைக்குத் திரும்புதல்
- விளையாட்டுக்கள், உடற்பயிற்சி மற்றும் உடலரீதியான நடவடிக்கை

என்னுடைய கவனிப்பாளருக்கு

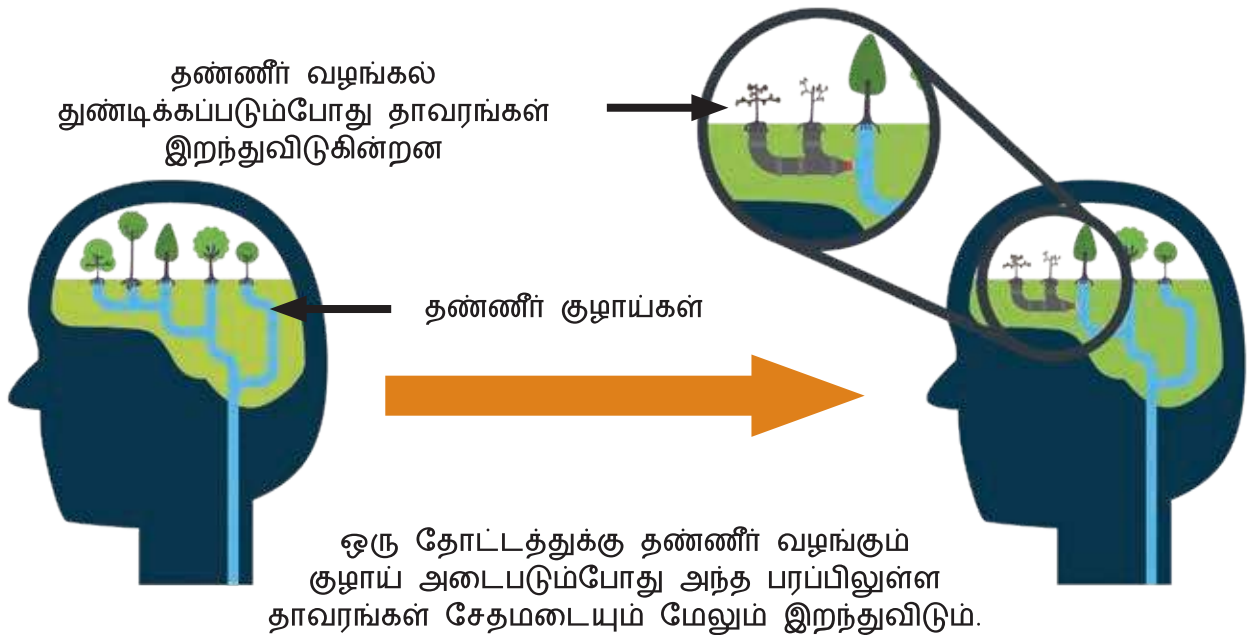
- உங்களின் அன்புக்குரியவருக்குப் பராமரிப்பு வழங்குதல்

பக்கவாதம் பற்றி

பக்கவாதம் என்றால் என்னை?

மூளையின் சாதாரண செயல்பாட்டுக்கு பிராணவாயு மற்றும் ஊட்டச்சத்துக்கள் தேவைப்படுகிறது, இவை இரத்த நாளங்கள் மூலமாக இரத்தத்தினால் வழங்கப் படுகின்றன. மூளைக்கு இரத்த ஓட்டம் தடைப்படும்போது பக்கவாதம் நிகழ்கிறது. இவ்வாறு இரத்தம் இல்லாமல் போகும் மூளையின் பகுதி சேதமடைகிறது, இதன் விளைவாக பக்கவாதத்தின் அடையாளங்களும் அறிகுறிகளும் தோன்றுகின்றன.

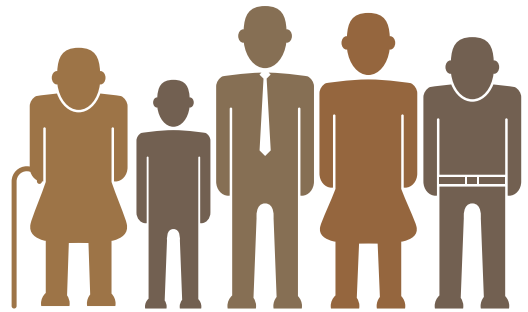
பக்கவாதம் எவ்வாறு நிகழ்கிறது என்பதை விளக்க குழாய் பயன்படுத்தி தோட்டத்துக்கு தண்ணீர் வழங்குவதை ஒப்புமைப்படுத்தலாம்



பக்கவாதம் எந்த அளவுக்கு பொதுவானது?



நான்கு பேரில் ஒருவர் தம் வாழ்நாளில் பக்கவாதத்தால் பாதிக்கப்படுகிறார்



வயது, பாலினம், இனம் அல்லது சமூக பொருளாதார நிலை, இவற்றுக்குத் தொடர்பின்றி இது யாருக்கு வேண்டுமானாலும் நிகழும்

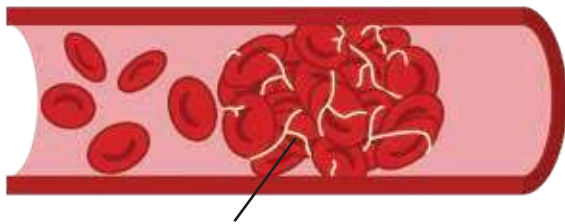
பக்கவாத வகைகள்

பக்கவாதத்தில் 2 முக்கிய வகைகள் உள்ளன.

இரத்த ஓட்டப் பற்றாக்குறை பக்கவாதம்: 'அடைபட்ட தமனி'
மிகப்பொதுவான வகை பக்கவாதம் இதுதான். ஒரு இரத்த உறைவு ஒரு தமனியின் உள்ளே வந்து தங்கி மூளைக்கு இரத்தம் வழங்குவதை துண்டிக்கும்போது இது நிகழ்கிறது. இது வழக்கமாக இது ஏதாவது ஒன்றின் காரணத்தால் நிகழ்கிறது:

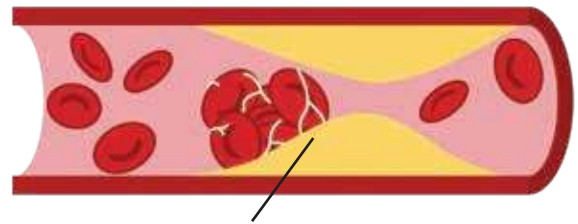


இரத்தக் குழாய்க் கட்டி



இரத்தம் உறைதல்

இரத்த உறைதடை



கொழுப்பு உறைகட்டி

இருதயத்திலிருந்து ஒரு இரத்த உறைவு இடம் பெயர்ந்து மூளையை நோக்கி பயணம் செய்கிறது.

கொழுப்பு உறைகட்டி உருவாவதன் காரணமாக உள்ளார்ந்து குறுகுவதால் ஒரு மூளை இரத்த நாளத்தில் அடைப்பு

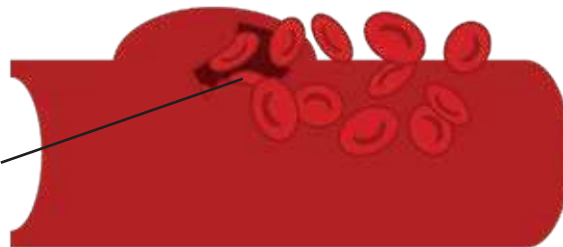
இரத்தக் கசிவுப் பக்கவாதம்: 'தமனியில் வெடிப்பு'

இரத்த நாளத்தில் உடைப்பு ஏற்பட்டு அதன் காரணமாக மூளையில் இரத்த கசிவு ஏற்படும்போது இது நிகழ்கிறது. இது வழக்கமாக ஏற்படுவதன் காரணம்:

- உயர் இரத்த அழுத்தம்
- இரத்த நாளத்தின் சுவற்றில் கோளாறு ஏற்பட்டு தமனி விரிவடைதல்



மூளையில் தமனி விரிவடைதல்



இரத்த நாளங்களில் உடைப்பு, இரத்தக்கசிவு

நிலையற்ற இரத்த ஓட்டப் பற்றாக்குறை பக்கவாதம் (TIA) - "சிறு பக்கவாதம்"

- மூளைக்கு இரத்தம் வழங்குவதில் தற்காலிக தடங்கல் ஏற்படும்போது இது நிகழ்கிறது.
- இதனால் மூளைக்கு நிரந்தர சேதம் ஏற்படுவதில்லை மற்றும் அறிகுறிகள் ஒரு சில நிமிடங்களில் முழுமையாக அகன்றுவிடும்.

மூளை பற்றி

- மூளைக்கு இரு பக்கங்கள் உள்ளன (வலது மற்றும் இடது) மேலும் அது வெவ்வேறு செயல்பாடுகளைக் கட்டுப்படுத்தும் பல பகுதிகளாக பிரிவு பட்டுள்ளது.
- மூளையின் சேதமடைந்த பகுதியானது பக்கவாதத்தின் அடையாளத்தையும் அறிகுறிகளையும் தீர்மானிக்கும்.

இடது மூளையின் செயல்பாடுகள்

வலது பக்க உடலின் அசைவும் உணர்ச்சியும்

மொழியைப் புரிந்துகொள்ளுதல் மற்றும் வெளிப்படுத்துதல்

வாசிப்பது மற்றும் எழுதுவது

வலது பக்கத்து பார்வை



வலது மூளையின் செயல்பாடுகள்

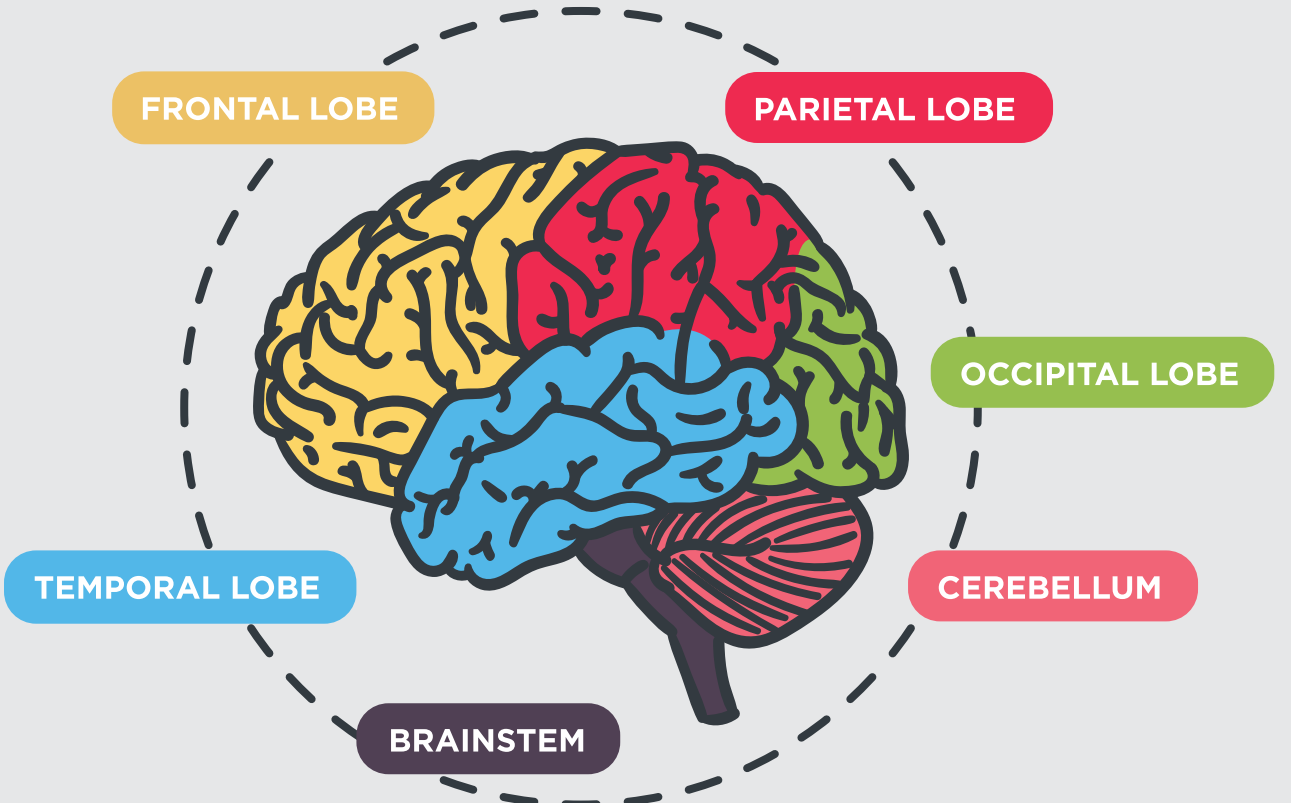
இடது பக்க உடலின் அசைவும் உணர்ச்சியும்

முகம் மற்றும் பொருட்களை அடையாளம் காணுதல்

உடல் விழிப்புணர்வு

இடது பக்கத்து பார்வை

உங்களது மருத்துவர்கள் பக்கவாதத்தால் பாதிக்கப்பட்ட இடங்கள் பற்றி விளக்கிக் கூறுவார்கள். மூளையின் பல பகுதிகளைக் காட்டும் வரைபடம் இங்கே உள்ளது



பக்கவாதத்திற்கான அடையாளங்களும் அறிகுறிகளும்

ஒவ்வொரு நோயாளியும் பக்கவாதத்தினால் வெவ்வேறு முறையில் பாதிக்கப் படுகிறார்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்வது முக்கியமானதாகும். மூளையில் சேதமடைந்துள்ள பகுதியை பொறுத்து பக்கவாதத்தின் அடையாளங்களும் அறிகுறிகளும் இருக்கும்.

உடல்



பலவீனம்

- நீங்கள் உங்களது உடலில் ஒரு பக்கம் அல்லது இரு பக்கங்களிலும் பலவீனத்தை உணர்வீர்கள். இந்த பலவீனத்தின் கடுமை மாறுபடக்கூடியது.
- முகத்தின் தசைகளில் ஏற்படக்கூடிய பலவீனம் முகத் தொங்கல், எச்சில் வழிதல், பேசுவதில் சிரமம் ஆகியவற்றை விளைவிக்கும்.

அசைவுகளில் ஒத்திசைவு இன்மை

- நிற்பது, நடப்பது அல்லது மென்மையான வேலைகளைச் செய்வதில் நீங்கள் சிரமத்தை உணர்வீர்கள்.

* மேலும் அதிகத் தகவல்களுக்கு பிசியோதெரபி மற்றும் தொழில்வழி சிகிச்சைமுறை தகவல் தாளைப் பார்க்கவும்

உணர்ச்சிகள்



உணர்வுக் குறைபாடு

- உங்களது உடலில் ஒரு பக்கத்தில் அல்லது குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் உணர்ச்சி குறைவு அல்லது உணர்ச்சி இழப்பை நீங்கள் உணர்வீர்கள்.
- உங்களது உடலில் ஒரு பக்கத்தில் உடல் சிலிர்ப்பு அல்லது மின்சாரம் பாய்வது போன்ற அசாதாரணமாக கூடுதலான உணர்ச்சியை நீங்கள் உணர்வீர்கள்.

செய்திப் பரிமாற்றம்



பேச்சுக் குழறல் ("டிசார்த்ரியா")

- வார்த்தைகளை உச்சரிப்பதில் உங்களுக்கு சிரமத்தை உணர்வீர்கள். இது உங்களது பேச்சை தெளிவற்றதாகவும், மெதுவானதாகவும், மென்மையானதாகவும் மாற்றும்.

மொழி வலுக்குறைவு ("டிஸ்:பாசியா")

- வாய் மொழியாகவும் எழுத்து வடிவத்திலும் வார்த்தைகளை, சொற்றொடர்களை, வாக்கியத்தை புரிந்துகொள்வதில் அல்லது எடுத்துச் சொல்வதில் நீங்கள் இயலாமையை உணர்வீர்கள்.

* மேலும் அதிகத் தகவல்களுக்கு தொடர்பில் ஏற்படும் சிரமங்களுக்கான பேச்சுச் சிகிச்சை தகவல் தாளைப் பார்க்கவும்

காட்சி



காட்சியில் வலுக்குறைவு

- உங்களது காட்சிப் புலத்தில் ஒரு பக்கம் அல்லது ஒரு பரப்பில் இரட்டைக் காட்சி அல்லது காட்சி இழப்பை நீங்கள் உணர்வீர்கள்.

விழுங்குதல்



விழுங்குவதில் சிரமம் ("டிஸ்:பேஜியா")

- குடிப்பதிலும் சாப்பிடுவதிலும் நீங்கள் சிரமத்தை உணர்வீர்கள். அது இருமல் மற்றும் தொண்டை அடைப்பை உண்டாக்கலாம். நுரையீரல் தொற்றுக்கான ஊறுபாடு அதிகரிப்புக்கு வழி வகுக்கும்.

* மேலும் அதிகத் தகவல்களுக்கு முழுங்குவதில் சிரமங்கள் தகவல் தாளைப் பார்க்கவும்