

Klusā katastrofa smadzenēs

Mikroinsults ir signāls, ka nepieciešams nopietni pārbaudīt veselību

INDRA OZOLINA

Kāda paziņa stāstīja, ka viņai atklāti vairāki mikroinsulti, taču neko īpašu nav jutusi. Vai tiešām šāda katastrofa var notikt nemanāmi? "Insulta izpausmes atkarīgas no tā, kurš smadzeņu rajons un cik plaši ticis bojāts," skaidro

Rīgas Austrumu klīniskās universitātes slimnīcas Neiroangioloģijas nodaļas vadītāja Biruta Tilgale, piebilstot, ka apzīmējums "mikroinsults" tiek lietots tikai tautā.

Nepaliek bez sekām

Par to saukto mikroinsultu var liecināt noslēd-

jis mutes kaktiņš, nespēdīga roka vai kāja, notirpums un jušanas traucējumi vienā ķermeņa pusē, kustību koordinācijas un līdzsvara, runas, rīšanas, uzvedības traucējumi vai redzes dubultošanās. Šādas pazīmes liecina, ka skartas galvas smadzeņu stratēģiski svarīgas vietas. Bet, ja traucējumi rodas mazāk būtiskās zonās, simptomu var nebūt vai arī tie ir maz izteikti. Atkarībā no bojātā smadzeņu reģiona niecīgs insulta perēklītis var izraisīt nopietnus invalidējošus simptomus, bet liels – tikko manāmus traucējumus.

Ja nekādu pazīmju nav vai arī tās pāriet, slimnieks ne vienmēr saprot, ka piedzīvojis insultu, taču tas nepaliek bez sekām, jo galvas smadzenēs izveidojas un paliek bojājums. Izmaiņas iespējams redzēt datortomogrāfijā, bet vislabāk – veicot magnētisko rezonansi.

Kētas mēdz atstāt atšķirīgas sekas, piemēram, ja bojāta labā galvas smadzeņu puslode, var rasties uzvedības traucējumi un palielināties atmiņa, ja kreisā – saglabāties traucēta runa un saprašana.

Pārejoši galvas smadzeņu asinsrites traucējumi izpaužas ar tādiem pašiem simptomiem kā insulti, bet izdzīvo divu stundu laikā, neatstājot rētu smadzenēs. Taču tie vēsta, ka galvas smadzeņu asinsvados radušās izmaiņas, kuras nedrīkst ignorēt.

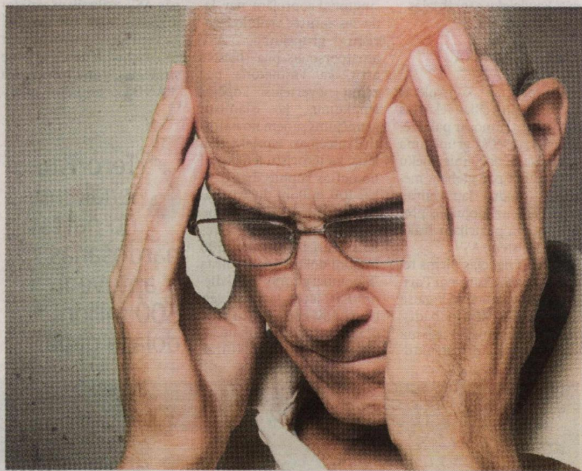
Novērst riskus!

Insults vienmēr piemēklē pēkšņi, bet nekad – bez iemesla, tādēļ, ja pastāv kāds faktors, kas to var veicināt, to jācenšas novērst.

Būtisks riska faktors ir augsts asinsspiediens. Kā skaidro Biruta Tilgale, tas ir nevēlams divējādi, jo var provocēt išēmiska insulta rašanos, kas notiek tādēļ, ka nosprostojies smadzeņu asinsvads. Otrs insulta veids, ko veicina augsts asinsspiediens, ir asinsvadu plūsmas galvas smadzenēs, kad plīsis asinsvads un sākusies arteriāla asiņošana.

Insulta rašanos veicina arī sirdsdrībarības ritma traucējumi, cukura diabēts, kas bojā sīkos asinsvadus, paaugstināts holesterīna līmenis asinīs, smēķēšana, it īpaši sievietēm, kas lieto hormonālos pretapaugļošanas līdzekļus vai cita veida hormonālos medikamentus, pārmērīga alkohola lietošana un liekais svars.

Lai izvairītos no insulta, ļoti svarīgi ir atlicināt laiku fiziskām aktivitātēm – vismaz pusstundu trīs reizes nedēļā.



SHUTTERSTOCK FOTO

Ja traucējumi rodas nosacīti mazāk būtiskās smadzeņu zonās, insulta simptomi var nebūt vai arī tie ir vāji.

UZZINA

Insulta riska izvērtējums

| Riska faktors | Punkti |
|---|--------|
| Hroniska sirds mazspēja | 1 |
| Augsts asinsspiediens | 1 |
| Vecums pēc 75 gadiem | 2 |
| Cukura diabēts | 1 |
| Jau bijis insults vai pārejoša išēmiska lēkme | 2 |
| Perifēra artēriju slimība vai miokarda infarkts | 1 |
| Vecums 65 – 74 gadi | 1 |
| Sievīškais dzimums | 1 |
| Maksimālais punktu skaits | 9 |

Piezīmes: 1 punkts nozīmē vidēju, bet 2 – augstu risku

Kā pazīt insultu

Ā.T.R.I. tests

A – atsmaidīt. Neatkarīgi no tā, cik izteikti ir insulti simptomi, nekavējoties jāsauc ātra palīdzība. Ārsti mēdz sacīt – laiks ir smadzenes, jo katru minūti iet bojā miljoniem nervu šūnu. Mediķi pacientu nogādās tuvākajā insulta vienībā, kur iespējams saņemt specializētu palīdzību. Tās darbojas Rīgas Austrumu klīniskajā universitātes slimnīcā, P. Stradiņa klīniskajā universitātes slimnīcā, Vidzemes slimnīcā, Ventspils, Liepājas, Rēzek-

T – turēt. Pārlicies, vai viņš var vienlaikus pacelt un noturēt abas rokas.

R – runāt. Pārbaudi, vai cilvēks spēj runāt un atkārtot vienkāršus teikumus.

I – izsaukt. Ja ir šādas pazīmes, nekavējoties izsauc neatliekamo medicīnisko palīdzību, zvanot 113.

Turklāt jāatceras, ka katrs insults var veicināt šā notikuma atkārtošanos.

Svarīgās četras stundas

Neatkarīgi no tā, cik izteikti ir insulti simptomi, nekavējoties jāsauc ātra palīdzība. Ārsti mēdz sacīt – laiks ir smadzenes, jo katru minūti iet bojā miljoniem nervu šūnu. Mediķi pacientu nogādās tuvākajā insulta vienībā, kur iespējams saņemt specializētu palīdzību. Tās darbojas Rīgas Austrumu klīniskajā universitātes slimnīcā, P. Stradiņa klīniskajā universitātes slimnīcā, Vidzemes slimnīcā, Ventspils, Liepājas, Rēzek-

nes un Daugavpils reģionālajās slimnīcās.

Ārstniecības iestādē vispirms veiks datortomogrāfiju galvas smadzenēm, lai precizētu to bojājuma veidu, lokalizāciju, plāsumu un atkarībā no tā izvēlētos ārstēšanas veidu. Pirmo četrpaužu stundu laikā išēmiska insulti gadījumā iespējams veikt trombolīzi, ievadot vēnā zāles un izšķīdinot trombu. Velāk šī ārstēšana vairs nebūs efektīva, jo smadzeņu bojājums būs pārāk liels.

Ja miega artērija ir sašaurināta par vairāk nekā 70 procentiem, talākā ārstēšanas etapā izdara operāciju, lai atbrīvotu asinsvadu un insults neatkārtotos.

Insults vienmēr piemēklē pēkšņi, bet nekad – bez iemesla. Ja ir kāds riska faktors, to jācenšas novērst.

Ja asinsvados nevēlamas pārmaiņas nav pamanītas, pārbauda sirdi – veic ehokardiokopiju, lai pārlicinātos, vai tajā nav trombu. Ātrauoties tie var izraisīt ne tikai insultu, bet arī rokas vai kājas asinsvadu nosprostojumu, kas, laikus nesāņemot palīdzību, draud ar gangrēnu. Savukārt, nosprostojoties plaušu artērijai, iespējama infarkta pneimonija, kas ir dzīvībai bīstams stāvoklis.

Ja insulds ir slēgts, bet insulti pazīmes nav pamanītas vai arī tiek ignorētas, sākumā pašāļūta var būt apmierinoša, taču, trombu nelikvidējot, rodas smadzeņu bojājums, kas var izraisīt invaliditāti.

Lai insultus neatkārtotos, visu atlikušo mūžu jālieto medikamenti. Ja smadzeņu asinsvadā izveidojies trombs, nepieciešams aspirīns vai cits antiagregants, bet, ja katastrofu izraisījis sirds aritmija, – varfarīns vai cits asinī šķīdināšanos līdzeklis.

Lietojot ārstu nozīmētos medikamentus insulti profilaksei, tas atkārtotas reti, bet, to nedarot, tas piemēklē līdz pat 90 procentiem slimnieku.