

16 czerwca 2017



Udar zagraża także młodym osobom

Systematycznie wzrasta liczba pacjentów z udarami mózgu, którzy trafiają do Świętokrzyskiego Centrum Neurologii Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Kielcach. Chorują coraz młodsze osoby, nawet w wieku poniżej 30 lat.

Od początku roku do Świętokrzyskiego Centrum Neurologii WSzZ trafiło około 10 pacjentów z udarem poniżej 40. roku życia. W grupie tej były tak młode osoby jak 25-letnia kobieta i 26-letni mężczyzna. Z kolei pacjenci w wieku 55-60 lat stanowią około 20-30 procent wszystkich chorych z udarami. Łącznie od początku roku do końca maja w Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Kielcach leczono z powodu tego schorzenia około 570 osób.

Doktor **Edyta Brelak** – zastępca kierownika Świętokrzyskiego Centrum Neurologii informuje, że w 80 procentach za ryzyko wystąpienia udaru mózgu odpowiada 5 modyfikowalnych czynników: nadciśnienie tętnicze, palenie papierosów, otyłość, nieprawidłowa dieta oraz brak aktywności fizycznej. Zwiększone ryzyko udaru mózgu występuje również u pacjentów z cukrzycą, chorobami serca, w tym np. z migotaniem przedsionków, wadami zastawkowymi serca, miażdżycą tętnic szyjnych, dyslipidemią i migrenowymi bólami głowy. Prawdopodobieństwo wystąpienia udarów zwiększa zażywanie środków odurzających i nadużywanie alkoholu. W gronie ryzyka, znajdują się ponadto: pacjenci z obturacyjnym bezdechem sennym, osoby z niedokrwistością sierpowatokrwinkową i pacjenci z przewlekłymi chorobami zapalnymi, takimi jak: reumatoidalne zapalenie stawów lub toczeń rumieniowy układowy.

- Nadciśnienie tętnicze zwiększa ryzyko udaru mózgu 4-5-krotnie. Zaleca się regularne, przesiewowe pomiary ciśnienia tętniczego i odpowiednie leczenie, obejmujące zarówno modyfikację stylu życia, jak i leczenie farmakologiczne. Palenie papierosów zwiększa ryzyko udaru mózgu – zarówno niedokrwienego jak i krwotoku podpajęczynówkowego – 1.5-3-krotnie, poprzez wpływ na rozwój zmian miażdżycowych w naczyniach, wzrost ciśnienia tętniczego i zwiększenie aktywności procesów krzepnięcia. U palących kobiet, ryzyko udaru mózgu jest większe niż u mężczyzn palaczy. Zwiększone ryzyko udaru mózgu jest także

związane z biernym narażeniem na dym tytoniowy - ostrzega Edyta Brelak.

Neurolog dodaje, że trzykrotnie zwiększone ryzyko udaru mózgu występuje u diabetyków. - U tych pacjentów właściwa kontrola glikemii, ciśnienia tętniczego oraz leczenie zaburzeń lipidowych lekami z grupy statyn, zmniejsza ryzyko pierwszego w życiu udaru mózgu. U osób po 45. roku życia zalecana jest kontrola glikemii raz na 3 lata, a niezależnie od wieku, co rok u osób z nadwagą, stanem przedcukrzycowym, nadciśnieniem tętniczym, dyslipidemią i z chorobami układu sercowo-naczyniowego - wylicza neurolog.

U kobiet, czynnikami ryzyka udaru niedokrwienego mózgu są też: ciąża, stan przedrzucawkowy oraz stosowanie doustnych środków antykoncepcyjnych, które mogą dwukrotnie zwiększać ryzyko wystąpienia zachorowania - zwłaszcza, gdy pacjentka m.in.: pali papierosy, pojawiły się u niej wcześniej zdarzenia zakrzepowo-zatorowe, albo migrenowe bóle głowy albo jest w wieku powyżej 35 roku życia.

- Ryzyko udaru mózgu zmniejsza: dieta bogata w owoce i warzywa, zwiększająca spożycie potasu oraz zmniejszenie spożycia sodu i tłuszczów nasyconych. Korzystna jest aktywność fizyczna o umiarkowanej intensywności, minimum 30 minut dziennie - informuje Edyta Brelak. - Osobom z nadwagą i otyłością zaleca się zmniejszenie masy ciała, a nadużywającym alkoholu - zaprzestanie tego - kontynuuje.

W przypadku wystąpienia udaru u młodych osób, należy poszerzyć diagnostykę w kierunku wrodzonych lub nabytych zaburzeń krzepnięcia krwi, hiperhomocysteinemii, zwiększonego stężenia lipoproteiny, ewentualnie można wykonać badania genetyczne - np. diagnostykę choroby Fabry'ego.

Zastępca kierownika Świętokrzyskiego Centrum Neurologii WSzZ przypomina, że udary są trzecią co do częstości przyczyną zgonów i najczęstszą przyczyną niepełnosprawności u osób dorosłych. Liczba pacjentów udarowych - według wszelkich prognoz - będzie wzrastać, dlatego tak ważna jest profilaktyka.

Źródło: Rzecznik prasowy Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Kielcach