

Coraz więcej udarów mózgu i u coraz młodszych osób

30 października 2024

W Polsce co roku u ponad 90 tys. osób dochodzi do udaru mózgu, aż 30 proc. z nich ma mniej niż 65 lat – alarmują eksperci z okazji Światowego Dnia Udaru Mózgu. To efekt niezdrowego stylu życia, stresów i braku profilaktyki zdrowotnej, oceniają.

„Do niedawna szacowaliśmy, że w Polsce dochodzi do 60-70 tys. udarów mózgu rocznie. Obecnie, dzięki zbieraniu dokładniejszych danych, m.in. w programach leczenia udaru mózgu, wiemy, że jest ich około 90 tys. w ciągu roku” – powiedział PAP prof. Konrad Rejdak, kierownik Klinicznego Oddziału Neurologii Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego nr 4 Uniwersytetu Medycznego w Lublinie, członek Rady Programowej Europejskiej Akademii Neurologii.

Przypomniał, że te najnowsze statystyki zostały opublikowane w raporcie Polskiego Towarzystwa Neurologicznego oraz Fundacji Zdrowie i Edukacja Ad Meritum pt. „Neurologia w Polsce. Stan obecny i perspektywy rozwoju”. Ukazał się on w sierpniu 2024 r.

Udar mózgu jest nagłym zaburzeniem czynności mózgu, spowodowanym nieprawidłowościami w krążeniu krwi w naczyniach mózgowych. Aż 85 proc. przypadków udarów stanowią udary niedokrwienne (określane czasem jako zawał mózgu). Są one zazwyczaj skutkiem procesów miażdżycowych w tętnicach mózgu, jak również chorób serca, w tym m.in. migotania przedsionków. Dochodzi w nich do zablokowania tętnicy doprowadzającej krew do mózgu przez skrzeplinę. Udary krwotoczne (określane potocznie jako wylewy są rzadsze – stanowią ok. 15 proc. wszystkich przypadków udarów. Powstają na skutek pęknięcia ściany tętnicy mózgowej i wydostania się krwi poza naczynie. „W udarze krwotocznym mamy różne przyczyny i różne lokalizacje

krwotoku. Może być on śródmózgowy, przymózgowy i podpajeczynowkowy. Śródmózgowy wiąże się najczęściej z nadciśnieniem tętniczym lub malformacjami naczyniowymi – wrodzonymi lub nabytymi – takimi jak naczyniaki. Z kolei krwotok podpajeczynówkowy jest skutkiem pęknięcia tętniaka, który powstaje na skutek długotrwałego nadciśnienia tętniczego albo wrodzonych zaburzeń w budowie naczyń” – tłumaczył prof. Rejdak. Dodał, że jest też grupa krwotoków urazowych, będących powikłaniem mechanicznych urazów mózgu.

Statystyki wskazują, że udary mózgu są trzecią przyczyną zgonów oraz najczęstszą przyczyną trwałej niepełnosprawności osób dorosłych na świecie i w Polsce. Szacuje się, że jedna na 4-6 osób dozna udaru mózgu w ciągu życia. Jedna na sześć osób z udarem obecnie umiera z jego powodu, a jedna na cztery – doznaje kolejnego udaru. Aż jedna piąta chorych, którzy przeżywają ostrą fazę udaru, wymaga stałej opieki.

Zdaniem neurologów bardzo niepokojący jest fakt, że choroba ta coraz częściej dotyczy osób młodszych, nawet przez 50 rokiem życia. Zgodnie z danymi aż 30 proc. pacjentów z udarem mózgu ma mniej niż 65 lat. „Ten niepokojący przyrost dotyczy i Polski i świata. Jest to w dużej mierze efekt naszego obecnego stylu życia, na który mają wpływ zmiany cywilizacyjne. Mamy coraz szybsze tempo życia, intensywniej pracujemy, jemy +śmieciową+ żywność, stosujemy używki, do których dostęp jest coraz łatwiejszy, zapominamy o aktywności fizycznej, ale też o badaniach profilaktycznych i monitorowaniu stanu zdrowia, w tym ciśnienia tętniczego, zaburzeń lipidowych czy arytmii serca, będących głównymi czynnikami ryzyka udaru mózgu” – wymieniał prof. Rejdak. Dodał, że obecnie wiele młodych osób ma nadciśnienie tętnicze i cukrzycę, która uszkadza naczynia krwionośne i zwiększa ryzyko chorób układu krążenia, w tym udaru mózgu.

Neurolog podkreślił, że istotnym czynnikiem mającym wpływ na występowanie udarów mózgu jest stres. Ma to związek z tym, że silny stres powoduje niekontrolowane skoki ciśnienia krwi.

Cytowana w informacji prasowej przesłanej PAP prof. Anetta Lasek-Bał, kierownik Katedry i Kliniki Neurologii Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach zaznaczyła, że czynniki ryzyka udaru mózgu w większości możemy modyfikować. „Mamy realny wpływ na czynniki związane ze stylem życia, jak dieta, aktywność ruchowa, masa ciała, używki oraz na kontrolę chorób zwiększających ryzyko udaru, jak nadciśnienie tętnicze, zaburzenia lipidowe, cukrzyca, choroby serca (migotanie przedsionków). Możemy zatem prowadzić skuteczną profilaktykę udaru mózgu” – oceniła neurolog. „Aby zminimalizować ryzyko wystąpienia udaru mózgu, warto wdrożyć regularną aktywność fizyczną, zadbać o zdrowe odżywianie (m.in. bez nadmiaru soli i cukrów), zrezygnować z nikotyny, środków psychostymulujących, nie nadużywać alkoholu, kontrolować ciśnienie krwi, stężenie cholesterolu i masę ciała oraz starać się redukować stres. U osób, które przebyły udar niedokrwienny, konieczne jest leczenie przeciwzakrzepowe i leczenie chorób współistniejących, aby przeciwdziałać wystąpieniu kolejnego udaru” – dodała specjalistka.

Neurologi zaznaczyli, że gdy już dojdzie do udaru, kluczowe jest jak najszybsze wezwanie pomocy medycznej. Od tego, jak szybko chory otrzyma skuteczne leczenie, zależy bowiem jego życie i zdrowie, czyli to, z jakimi powikłaniami będzie się zmagać, jak sprawny i samodzielny będzie po udarze. Aby szybko rozpoznać udar mózgu, należy znać jego objawy. Do najbardziej charakterystycznych należą: wykrzywione usta (asymetria w dolnej części twarzy i obniżony jeden kącik ust); osłabienie siły lub drętwienie ręki, lub nogi, lub obu kończyn do jednej strony ciała, niewyraźna, bełkotliwa mowa, a także problemy ze zrozumieniem słyszanych słów, silny ból głowy, zaburzenia świadomości.

W razie wystąpienia takich objawów należy jak najszybciej dzwonić pod numer telefonu 999 lub 112! Pogotowie powinno zawieźć pacjenta do najbliższego szpitala z oddziałem udarowym.

Autorstwo: Joanna Morga (PAP)

Źródło: NaukawPolsce.pl

Komentarz admina „Wolnych Mediów”

Oczywiście PAP przemilczał, bo jakżeby inaczej, możliwość, że udary mózgu mają jakikolwiek związek z preparatami na COVID-19. A wiadomo, że grupą osób najbardziej „wyszczepionych” byli seniorzy i wiadomo, że wśród efektów ubocznych są zakrzepica, zawały serca, wylewy do mózgu i udary mózgu.