



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz



[O zdraví](#) 13. 6. 2024 |

redakce Vím, co jím

Rozpoznáte příznaky mrtvice? Rychlá reakce může zachránit život

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Rozpoznate-priznaky-mrtvice-Rychla-reakce-muze-zachranit-zivot__s10012x20823.html

Cévní mozkovou příhodu, známou také jako mrtvice, prodělá v Česku každý rok zhruba 25 000 lidí. Přestože se Česká republika pyšní špičkovou kvalitou a dostupností léčby, mrtvice je druhou nejčastější příčinou úmrtí a jednou z hlavních příčin dlouhodobé invalidity. Klíčem ke snížení počtu případů je včasné rozpoznání příznaků – což je oblast, kde mnoho Čechů stále tápe, a proto se mnoho lidí dostává do nemocnice příliš pozdě.



Cévní mozková příhoda (CMP) neboli mrtvice nejvíce postihuje starší lidi nad 70 let, ale nevyhýbá se ani mladším ročníkům. **Ročně postihne zhruba 25 000**

Čechů a mnoho z nich končí v invaliditě. Problém ale není v nedostatku pracovišť specializovaných na léčbu mrtvice – v České republice je jich zhruba 47. Bohužel až 70 % lidí stále nedokáže rozpoznat příznaky mrtvice, a proto nejedná včas – přitom čas hraje u mrtvice zcela zásadní roli.

Jak rozpoznat mrtvici?

Nejčastějšími příznaky jsou:

- Povislý koutek (ochrnutá polovina obličeje)
- Oslabení či ochrnutí končetin na jedné straně těla
- Náhlá porucha řeči (pacient často zaměňuje slova a působí zmateně)

Další příznaky mohou zahrnovat brnění končetin, pocity na zvracení nebo bolesti hlavy. Pokud si nejsme příznaky jisti, můžeme použít test FAST:

F jako FACE (obličej): Požádáme člověka, aby se usmál. Pozorujeme pokles koutku nebo očního víčka?

A jako ARM (paže): Zvedneme mu ruce do přepažení. Má problémy udržet obě paže ve stejné výšce?

S jako SPEECH (řeč): Zeptáme se ho, jak se jmenuje. Odpovídá nesrozumitelně?

T jako TIME (čas): Pokud zaznamenáme alespoň jeden z příznaků, je

třeba okamžitě volat 155.

Záchranáře je třeba volat i v případě podezření, čekat doma na „potvrzení diagnózy“ se rozhodně nevyplácí. Lékaři varují před tím, aby se pacienti pokoušeli do nemocnice dostat svépomocí. Ztrácí se tak drahocenné minuty, přitom záchranáři přesně vědí, kam nemocného odvézt.



„Ceníme si snahy všech, kteří při příznacích konají a snaží se vyhledat odbornou pomoc. Setkáváme se ale s tím, že když se lidé dostávají k pomoci po vlastní ose, často dorazí někam, kde nejsou na léčbu mrtvice zcela připraveni. Nejsnazší je v takovém případě zavolat záchrannou službu. Záchranáři už vědí, kam pacienta dopravit, a při podezření na mrtvici ho vždy dopraví do toho nejbližšího specializovaného centra, které je k léčbě mrtvice plně uzpůsobeno,“ říká doc. MUDr. Aleš Tomek, Ph.D., primář Neurologické

kliniky 2. LF UK a Fakultní nemocnice v Motole.

Faktory ovlivňující riziko mrtvice

Velká část všech případů mrtvice souvisí s faktory, které můžete ovlivnit. Nejrizikovějšími faktory z tohoto pohledu jsou:

- Vysoký krevní tlak
- Obezita
- Diabetes
- Vysoká hladina cholesterolu v krvi
- Nedostatek fyzické aktivity
- Nezdravá strava
- Kouření

Čas je mozek

S cílem informovat širokou veřejnost o projevech cévní mozkové příhody a možnostech její včasné léčby vznikl v roce 2015 Nadační fond Čas je mozek. Zastřešují jej Cerebrovaskulární sekce České neurologické společnosti ČLS JEP a Česká společnost intervenční radiologie ČLS JEP. Fond se snaží zlepšit znalost

příznaků cévní mozkové příhody a seznámit veřejnost s první pomocí postiženému pacientovi. Pořádá nadační běhy, letos například v Ústí nad Labem, Špindlerově Mlýně a Mikulově, a další osvětové akce, sdílí příběhy pacientů, je aktivní na sociálních sítích. Díky zapojení odborníků zároveň pomáhá pacientům, kteří mozkovou mrtvici překonali, s návratem zpět do aktivního života a poskytuje podporu jejich rodinám i blízkým.

Zdroj obrázků v textu: Shutterstock.com

Zdroj informací:

<https://www.casjemozek.cz/>

<https://www.nhlbi.nih.gov/health/stroke/causes>

<https://medlineplus.gov/stroke.html>

[mozek](#) [mozková příhoda](#) [mrtvice](#) [nemoc](#) [zdraví](#)

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz