

i CÉVNÍ MOZKOVÁ PŘÍHODA

Mám nárok na sociální a zdravotní pomoc? Ano!

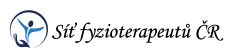
- Zdravotní pomůcky – ortopedická obuv, berle, chodítka, vozík apod.
- Příspěvky na dopravu, přestavbu bytu na bezbariérový, ošetřování apod.
- Hygienické potřeby, jako jsou pleny, vložky apod.
- Invalidní důchod (podle stupně postižení)
- Lázeňská a rehabilitační péče

Potřebné informace získáte ve Vaší zdravotní pojišťovně a na příslušném odboru sociální péče nebo správy sociálního zabezpečení v místě Vašeho bydliště. Pomoci mohou i pacientské organizace.

UŽITEČNÉ ODKAZY:

Portál veřejné správy: <http://portal.gov.cz/portal/obcan/>
Ministerstvo práce a sociálních věcí ČR: www.mpsv.cz/cs/
Ministerstvo zdravotnictví ČR: www.mzcr.cz
Všeobecná zdravotní pojišťovna ČR: www.vzp.cz
Svaz zdravotních pojišťoven ČR: www.szpcr.cz
DMA – Kompenzační pomůcky: www.dmapraha.cz
Antilopa – Sdružení pro volný pohyb bez bolesti: www.sdruzeniantilopa.cz
Síť fyzioterapeutů ČR: www.fyzioterapeut-cr.cz
www.cerebrum2007.cz
www.ictus.cz
www.ergoaktiv.cz
www.fyziioaktiv.cz

Partneři



? Jaké mohou být následky cévní mozkové příhody?

Následky závisí na konečném rozsahu a lokalizaci postižené mozkové tkáně.

Mezi možné následky mozkové příhody patří:

- ztráta hybnosti končetin (“ochrnutí”) obvykle jedné poloviny těla – může být úplná (hemiplegie) nebo částečná (hemiparéza), tíže postižení horní a dolní končetiny nemusí být stejné
- zvýšené svalové napětí – **spasticita**, ztuhlost svalů, bolestivé “křeče”
- problém s rovnováhou a koordinací
- porucha řeči – obtíže s porozuměním nebo s produkcí řeči, porucha schopnosti vyjadřování se (afázie), poruchy artikulace, špatně srozumitelná řeč (dysartrie)
- porucha orientace v prostoru s opomíjením (ignorováním) jedné poloviny prostoru (neglect syndrom)
- poruchy citlivosti postižené strany – od snížené citlivosti, bolestivé až po úplné znecitlivění
- problémy s pamětí, myšlením, pozorností nebo učením
- poruchy polykání (dysfagie)
- nechtěný únik moči nebo stolice (inkontinence)
- emoční labilita, deprese

Ochrnutí končetin a spasticita (zvýšené svalového napětí)

Ochrnutí (ztráta hybnosti) končetin a **spasticita** patří k častým **následkům CMP**. Ztráta hybnosti končetin se projevuje v různé míře, od úplné neschopnosti pohnout danou končetinou, přes obtížné vykonání pohybu, až po lehčí obtíže v rámci neobratnosti ruky či nohy. Pacienti s těžším postižením mívají často problémy s vykonáním běžných denních aktivit jako je chůze a uchopení předmětů. Svalová slabost nepostihuje jen končetiny, ale i svaly obličeje (např. dochází k poklesu koutku úst) a může dojít i k poruše kontroly svalů při polykání (dysfagie). V důsledku poškození mozečku může být narušená schopnost koordinace pohybů a rovnováhy.

U části pacientů se **v průběhu týdnů až měsíců** může v postižených končetinách zvýšit svalové napětí – tzv. „ztuhnou“. Tento stav zhoršuje pohyb, hygienu, a často bývá doprovázen bolestmi. Naštěstí dnes už umíme v takových případech účinně pomoci kombinací injekční aplikace léčivého přípravku a specificky vedenou rehabilitací. Tato léčba je **účinná, dobře snášená** a hlavně individualizovaná pro každého pacienta dle jeho zdravotního stavu. Léčbu **provádí neurolog nebo rehabilitační lékař**

ve spolupráci s fyzioterapeutem ve specializovaných centrech pro léčbu spasticity a je plně hrazena ze zdravotního pojištění. O možnostech léčby spasticity se informujte u Vašeho lékaře. **Včasně odhalení spasticity umožňuje zahájit adekvátní léčbu** a zlepšit prognózu onemocnění.

Problémy s polykáním

Část pacientů má po CMP obtíže s příjmem potravy a tekutin. Tyto problémy jsou nejvýraznější v akutním stádiu onemocnění a většinou se upraví. Při problémech s polykáním (logoped) může pomoci vhodná úprava potravy (polotuhá nebo měkká sousta), jíst vsedě, dostatek tekutin na zapíjení a trpělivost. Výrazné problémy s polykáním a příjmem potravy mohou být důvodem k zavedení speciální sondy („hadičky“), pomocí které se pacientovi podává potrava a tekutiny přímo do žaludku.

Inkontinence moče a stolice

Jedním z následků CMP může být neschopnost ovládat vylučování moči a stolice. Většina pacientů získá opět kontrolu nad svým vylučováním v průběhu několika týdnů. Přetrvávající problémy je možné léčit nebo je třeba používat pomůcky – pleny, vložky apod.

Problémy s pamětí, myšlením, pozorností nebo učením, emoční labilita, deprese

V důsledku CMP se mohou objevit i psychické a povahové změny, poruchy soustředění, paměti a myšlení. Poměrně časté jsou depresivní nálady, úzkost, pocity strachu a odcizení. Intenzita těchto potíží může být různá, od mírných po závažné. V každém případě je dobré, abyste o svých pocitech a změnách, které prožíváte, pohovořili se svým ošetřujícím lékařem, psychologem nebo lidmi, kteří Vám jsou blízcí a kterým důvěřujete. Tolerantní a citlivý přístup často pomůže tyto potíže překonat. Závažnější psychické obtíže znemožňují rehabilitaci, zatěžují rodinu postiženého a vyžadují léčbu.

? **Může se cévní mozková příhoda opakovat? Lze jí předcházet?**

Riziko opakování cévní mozkové příhody (CMP) je vysoké, proto hraje důležitou roli prevence. Ta spočívá v užívání léků, úpravě životního stylu, pravidelných lékařských prohlídkách a v ovlivnění rizikových faktorů.

Rizikové faktory

- vysoký krevní tlak (arteriální hypertenze)
- kouření

- zvýšená hladina cholesterolu (tuků) v krvi (dyslipidémie)
- obezita
- diabetes mellitus
- onemocnění srdce – fibrilace síní, chlopenní vady
- nízká fyzická aktivita
- poruchy spánku - především syndrom spánkové apnoe (SAS)
- hematologické poruchy – hyperkoagulační stav

Sekundární medikamentózní léčba

- léky působící na krevní destičky (antiagregans) nebo antikoagulační
- léčba vysokého krevního tlaku (arteriální hypertenze)
- léky snižující hladinu tuků v krvi (hypolipidemika)

Preventivní léčba

Každý pacient **po ischemické CMP** by měl užívat **antiagregační** nebo **antikoagulační léčbu**. Je to léčba, která ovlivňuje srážlivost krve a snižuje riziko tvorby krevních sraženin a ucpávání cév. Vhodný preparát Vám vybere neurolog. Při vynechání této léčby se riziko recidivy CMP výrazně zvyšuje! Dále by měly být léky korigovány zvýšené hodnoty krevního tlaku a zvýšené hladiny tuků v krvi. Léky užívejte dle doporučení lékaře a jakoukoliv změnu léčby nebo případné vedlejší účinky s ním konzultujte. Preventivní léčba patří pouze do rukou odborníků.

Životní styl

Samotné užívání „tablet“ nemá smysl bez úpravy životního stylu. Bezpodmínečně přestaňte kouřit. Ve stravě omezte tuky, sůl a smažená jídla. Vyhybejte se alkoholu. Dbejte na pravidelnou fyzickou aktivitu a udržujte si přiměřenou hmotnost. Riziko opakování CMP pomáhají snížit pravidelné lékařské prohlídky a také léčba dalších onemocnění jako jsou např. cukrovka, zvýšený krevní tlak, zvýšená hladina cholesterolu apod.

i **Pacienti po CMP mají nárok na různé formy pomoci**

Mohu se vrátit do zaměstnání? Mohu se fyzicky namáhat?

Po CMP je důležité správně hodnotit svoje tělesné a duševní schopnosti a dle aktuální situace se rozhodnout pro návrat do zaměstnání. Fyzická aktivita, přiměřená závažnosti postižení, je nejen bezpečná, ale i potřebná! Vždy však zvažujte své fyzické možnosti a hlavně v teplých dnech přijímejte dostatek tekutin. Pohovořte si o Vaší práci a zdravotních omezeních se svým lékařem