

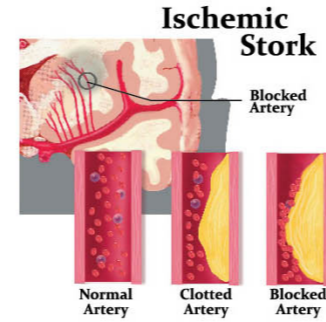
فالج

مریضوں کے لئے معلومات

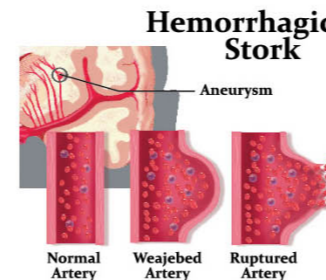


فالج کیا ہے؟

دنیا میں بڑی بیماریوں میں دل کے امراض اور کینسر کے بعد فالج تیسرے نمبر پر ہے۔ فالج دنیا میں معذوری کی سب سے بڑی وجہ ہے۔ حالانکہ یہ مرض پوری دنیا میں پھیل رہا ہے لیکن اندازاً جنوبی ایشیا میں دنیا کے دیگر خطوں کے مقابلے میں ڈیڑھ ارب سے زائد لوگ اس مرض میں مبتلا ہو سکتے ہیں۔ اچھی خبر یہ ہے کہ اس مرض کا علاج موجود ہے جو اس سے ہونے والے نقصانات کو کافی حد تک کم کر سکتا ہے۔



A thrombus or embolus blocks blood flow to part of the brain.



Blood spills out from break in blood vessel in brain.

دل کے دورے کی طرح فالج بھی ایک سنجیدہ بیماری ہے بعض اوقات فالج کو دماغ کا دورہ بھی کہتے ہیں۔ اکثر فالج اس وقت رونما ہوتا ہے جب دماغ کی جانب خون کے بہاؤ میں رکاوٹ آتی ہے۔ فالج میں دماغ کے متاثرہ حصے کے خلیے مردہ ہونا شروع ہو جاتے ہیں کیونکہ انہیں آکسیجن اور غذائی اجزاء ملنا بند ہو جاتے ہیں جو ان خلیوں کو کام کرنے کیلئے ضروری ہوتے ہیں۔

فالج کی اقسام:

فالج کی مندرجہ ذیل دو قسمیں ہوتی ہیں۔

﴿ اسکیمک فالج: جب دماغ کی شریان خون کے لوتھڑے بننے کی وجہ سے بند ہو جائے اور خون کی سپلائی دماغ تک بند ہو جائے

﴿ ہیمیرجک فالج: جب دماغ کی شریان پھٹ جائے اور خون دماغ میں جمع ہونا شروع ہو جائے۔

فالج کے اسباب:

فالج مندرجہ ذیل وجوہات کی بنا پر ہو سکتا ہے۔

- ﴿ بلڈ پریشر کا مرض
- ﴿ دل کے امراض
- ﴿ تمباکو نوشی
- ﴿ گردن کی شریانوں کا سکڑ جانا
- ﴿ کولیسٹرول
- ﴿ زیاہٹیلیس
- ﴿ غیر معمولی دل کی دھڑکن

فالج کی علامات:

- ﴿ چہرے، بازو یا پاؤں (خاص طور پر جسم کے ایک حصے) میں کمزوری یا سنسنہٹ
- ﴿ تذبذب کی کیفیت، بولنے میں مشکل پیش آنا
- ﴿ اچانک ایک یا دونوں آنکھوں کی بینائی ختم ہو جانا۔
- ﴿ چلنے میں دشواری، چکر آنا، توازن برقرار نہ رکھ پانا۔
- ﴿ سر میں شدید درد کا ہونا۔



FACE



ARM



SPEECH

کیا فالج سے بچاؤ ممکن ہے؟

فالج سے بچاؤ ممکن ہے۔ آپ صرف اپنے بلڈ پریشر کو کنٹرول کرنے سے فالج کے خطرے کو 40 فیصد تک کم کر سکتے ہیں۔ فالج کے دیگر اسباب کو کنٹرول کر کے فالج کے خطرات کو مزید کم کیا جاسکتا ہے۔



ان افراد کے لئے مشورہ جن کو فالج کا خطرہ نہیں ہے:

- ﴿ وہ افراد جن کو فالج کا کوئی خطرہ نہیں ہے اور جن کی عمر 40 سال سے زائد ہے، انہیں چاہیے کہ وہ سال میں ایک مرتبہ ضرور معائنہ کروائیں۔
- ﴿ بلڈ پریشر
- ﴿ کولیسٹرول
- ﴿ تمباکو نوشی۔ اگر تمباکو نوشی کرتے ہیں تو اسے ترک کر دیں۔
- ﴿ بلڈ شوگر
- ﴿ ورزش

جن افراد کو فالج ہو چکا ہے ان کے لئے مشورہ:

ان مریضوں کو زیادہ خطرہ لاحق ہے کہ انہیں دوبارہ فالج ہو جائے لیکن مستقبل میں فالج ہونے کے امکانات کو دو ایسوں کے استعمال اور فالج کے خطرات کو کنٹرول کر کے کم کیا جاسکتا ہے۔ بہت سے فالج کے مریض 6 ماہ میں فعال ہو جاتے ہیں اگر انہیں باقاعدگی سے علاج میسر ہو جائے۔ مقصد صرف یہ ہے کہ مریض خود مختار ہو جائے۔



فالج ایک ہنگامی حالت ہے۔

فالج ایک ہنگامی حالت ہے۔ جب کسی کو فالج کا دورہ ہوتا ہے تو اس کے لئے ہر ایک منٹ قیمتی ہوتا ہے جتنی دیر دماغ تک خون کا بہاؤ منقطع رہتا ہے اتنا ہی نقصان کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ لہذا آپ کو یا کسی اور کو فالج ہو رہا ہے تو فوراً طبی امداد کیلئے جلدی کریں اور اپنی یا کسی اور کی زندگی کو بچائیں۔

STROKE

PATIENT INFORMATION



What is a Stroke?

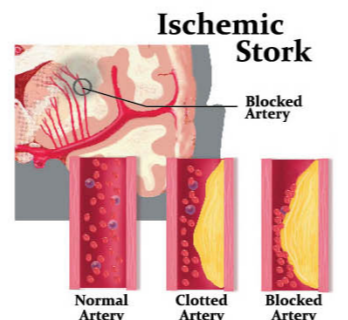
Stroke ranks number three as global disease burden after heart disease and cancer. It remains the leading cause of disability in the world. Although the burden of stroke is increasing worldwide, the projected increase in stroke is expected to be greater among the 1.5 billion people of South Asia than in any other region of the world. The Good News is that treatments are available that can greatly reduce the damage caused by a stroke.

A stroke is serious – just like heart attack. A Stroke, sometimes called a “brain attack”. Most often, stroke occurs when blood flow to the brain is interrupted. When a stroke occurs, brain cells in the immediate area begin to die because they stop getting the oxygen and nutrients they need to function.

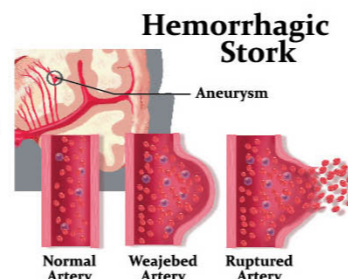
Types of Stroke:

There are two major kind of Stroke:

- ❖ **Ischemic stroke;** caused by a blood clot that blocks or plugs a blood vessel or artery in the brain.
- ❖ **Hemorrhagic stroke;** caused by a blood vessel in the brain that breaks and bleeds into the brain.



A thrombus or embolus blocks blood flow to part of the brain.



Blood spills out from break in blood vessel in brain.

What causes a stroke?

Stroke is caused by the following risk factors;

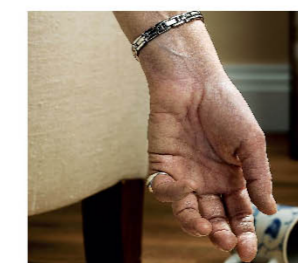
- ❖ High blood pressure
- ❖ Coronary heart disease
- ❖ Cigarette smoking
- ❖ An abnormal heart rhythm called atrial fibrillation
- ❖ Narrowing of the carotid arteries, which are major blood vessels in the neck carrying blood to the brain.
- ❖ High cholesterol
- ❖ Diabetes

Signs and symptoms of STROKE:

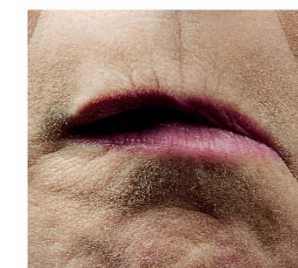
- ❖ Sudden numbness or weakness of the face, arm, or leg (especially on one side of the body)
- ❖ Sudden confusion, slurring of speech or understanding speech
- ❖ Sudden loss of vision in one or both eyes
- ❖ Sudden onset of difficulty in walking, dizziness, loss of balance or coordination
- ❖ Sudden severe headache with no known cause



FACE



ARM



SPEECH

There is now treatment available at some hospitals which must be given within three hours of stroke onset. These medications dissolve blood clots that are blocking blood flow to parts of the brain and if properly used they can reduce disability from stroke.

Is it possible to prevent STROKE?

Stroke is a very preventable disease. Reduction of blood pressure alone will reduce the risk of stroke by 40% or more. The risk can be further reduced by controlling the other risk factors.

Advice for people having no risk factors for Stroke:

People who don't have any risk factor for stroke and age above 40 should check every year their;

- ❖ Blood pressure
- ❖ Blood sugar
- ❖ Blood cholesterol
- ❖ If smoking – should quit smoking
- ❖ Exercise every day (brisk walk for thirty minutes).

Advice for people, already had a stroke:

These patients are at increased risk of having another stroke, but the risk of future stroke can be reduced by controlling the risk factors and using certain medications. Many patients with stroke become functional within six months if they get the proper medical care. The goal should be that patients should become independent.



STROKE IS AN EMERGENCY

Stroke is a medical emergency. Every minute counts when someone is having a stroke. The longer blood flow is cut off to the brain, the greater the damage. Therefore if you or someone around you having stroke – immediately rush for the medical attention and save your or someone else life!



Center for Non-Communicable Diseases (CNCD)

E-50/1, Block-8, Gulshan-e-Iqbal, Karachi, Pakistan
Tel: 0092-21-34999444 Email: info@cncdpk.com website: www.cncdpk.com