



PRVNÍ POMOC 05. 05. 2020

## Cévní mozková příhoda: Boj s časem

**Příčiny vzniku cévní mozkové příhody jsou dvojího typu: Prvním typem je takzvaná hemoragická cévní mozková příhoda. K hemoragické cévní mozkové...**

Cévní mozková příhoda (CMP) je ve společnosti skrze známá spíše pod lidovým názvem - mrtvice či mrtvička. Vlivem tohoto onemocnění zemře ročně v České republice až 8000 lidí. Tato čísla se však s vývojem technologií a léčby stále snižují. V devadesátých letech to bylo více než 12000 lidí ročně. Máme tedy velmi pozitivní zprávy o tom, že naše zdravotnictví je na opravdu se zvyšující úrovni. U pacientů s probíhající cévní mozkovou příhodou je poskytnutí včasné první pomoci a následné lékařské péče zásadní. Ovlivní totiž rozsah poškození mozku a tím i délku rekonvalescence. U mrtvice jde takřka o vteřiny, které rozhodnou o dalším životě takto postiženého člověka.

Až 70 % populace není schopno rozeznat, zda nemocného postihla cévní mozková příhoda, což je velice znepokojující zjištění. Proto je zcela zásadní prohlubování znalostí obyvatelstva v této problematice. Každý z nás můžeme zachránit své bližní, když budeme dostatečně informovaní.

### Cévní mozková příhoda: Jaká je příčina?

Příčiny vzniku [cévní mozkové příhody](#) jsou dvojího typu:

Prvním typem je takzvaná **hemoragická cévní mozková příhoda**. K hemoragické cévní mozkové příhodě dochází v důsledku ruptury (prasknutí) tepny v mozku a následném krvácení, nejčastěji to bývá zapříčiněné [vysokým krevním tlakem](#).

Druhým typem je **ischemická cévní mozková příhoda**. Ischemie je laicky řečeno nedokrevnost.

Tato ischemie v mozku je **zapříčiněná tepennou trombózou**, nebo **embolií**. Dojde k přerušení průtoku krve v tepně vlivem překážky a dochází k odumření tkáně. Mozkové buňky jsou citlivé na nedostatek kyslíku. Již po pěti minutách neokysličení dochází k nevratným poškozením. Tato cévní mozková příhoda vzniká v důsledku vysokého krevního tlaku a aterosklerózy.

## Cévní mozková příhoda: Jak ji poznat?

Cévní mozková příhoda se diagnostikuje vcelku snadno, **když budete znát celosvětově používanou anglickou zkratku FAST**, díky které si **budete schopni vybavit příznaky**, které u nemocného máte pozorovat. Pokud si toto slovo přeložíme do češtiny, definujeme tím i to, jak bychom si měli počínat, když nemocného zasáhne cévní mozková příhoda a to tedy - RYCHLE.

**F - FACE** (obličej): Pozorujte změny ve tváři nemocného! Má povislý koutek? Je jeho obličej nesymetrický? Má spadlé oční víčko? Cévní mozková příhoda je tímto příznakem typická.

**A - ARM** (paže): Požádejte nemocného, kterého dle všeho zasáhla cévní mozková příhoda, aby předpažil a chvíli v této poloze vydržel. Pokud mu toto činí značné potíže a jedna z paží mu padá, nebo s ní není schopen hýbat, zpozorněte!

**S - SPEECH** (řeč): Řekněte nemocnému, ať po vás zopakuje jednoduchou a krátkou větu. Není toho schopen? Nebo snad mluví překotně, nesouvisle? Patrně se u nemocného objevila cévní mozková příhoda.

**T - TIME** (čas): V tento moment, pokud jste zpozorovali výše zmíněné příznaky, kterými je charakteristická cévní mozková příhoda, nebo jen jeden z nich, volejte ihned záchrannou službu! Jde o boj s časem, ten nyní rozhoduje o dalším životě postiženého člověka. Snažte se nemocného uklidnit a do příjezdu záchranných složek ho kontrolujte.



**Pamatujte, že tyto znalosti vám mohou pomoci zachránit lidský život.** Nikdy se nesnažte pomáhat nemocnému s diagnózou cévní mozková příhoda sami. Pokud postižený ztratil vědomí, zkontrolujte dýchání a puls, případně **zahajte ožívování**, jestliže nejeví známky života. Pokud nemocného postihla cévní mozková příhoda, je jedinou a důležitou pomocí včasný transport do nemocnice! Mějte oči otevřené, nebuďte lhostejní k okolí a pozorujte. **I vrávorající člověk na ulici, který se vám bude jevit zprvu jako opilec, může být v ohrožení života!**

## Cévní mozková příhoda: Existuje vhodná prevence?

**Cévní mozková příhoda vzniká nejčastěji proto, že člověk nedbá na své zdraví.** Jí tučná jídla, nehýbe se, je obézní. Proto zdravější styl života může přispět k tomu, že vás cévní mozková příhoda nepostihne. **Dostatečně se hýbejte, jezte v rámci možností zdravé a plnohodnotné jídlo a udržujte svou psychiku v poklidu.** A pokud již trpíte nějakým chronickým onemocněním, jako je **vysoký cholesterol**, nebo vysoký krevní tlak, měli byste dbát na to, aby byl váš zdravotní **stav stabilizovaný a nezhoršoval se.**