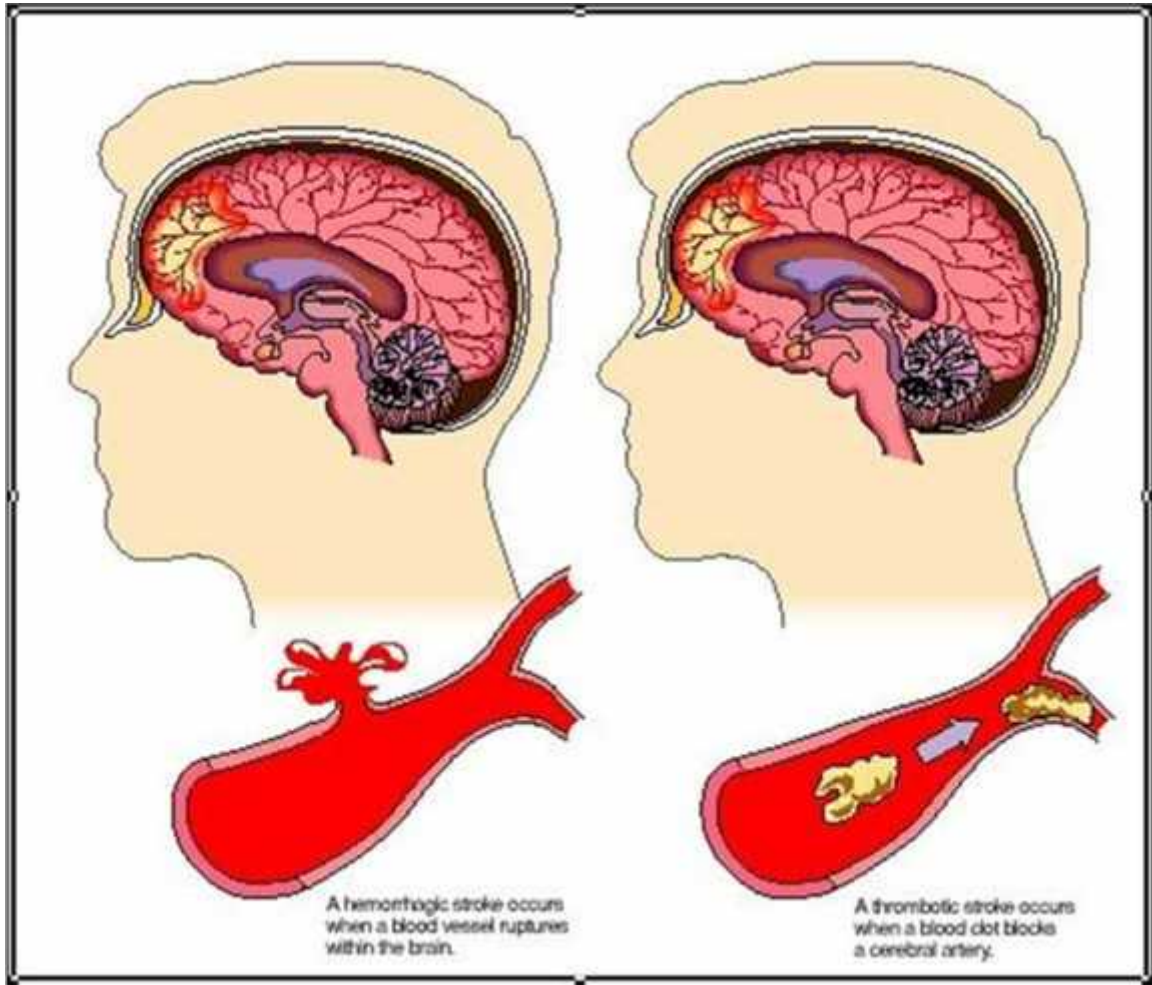


Cerebrovascular Accident (Stroke)



သွေးကြောပေါက်ပြီး လေဖြတ်ပုံနှင့် သွေးကြောပိတ်ဆို့ပြီး လေဖြတ်ပုံ

လေဖြတ်ခြင်း

လေဖြတ်ခြင်း (stroke) ဟု အရပ်သုံးစကားဖြင့် ခေါ်ဝေါ်သော Cerebro-vascular accident (CVA) သည် နှလုံးမှ ဦးနှောက်သို့ သွေးထောက်ပံ့နေသော သွေးကြောကို ထိခိုက်ပျက်စီးစေ၍ ဦးနှောက်အတွင်း သွေးယိုစီးခြင်း Haemorrhage (သို့) တခြားမှ မျော့ပါလာသော အစအနတခုခုက ဦးနှောက်သွေးကြောကို လာရောက် ပိတ်ဆို့စေခြင်း (Thrombosis) တို့ကြောင့် ဖြစ်ရသည်။ အဓိကပြဿနာမှာ နှလုံးမှ ဦးနှောက်သို့ ပို့ပေးနေသော အောက်စီဂျင်ကို ဖြတ်တောက်ခံရ၍ ဦးနှောက်တစ်ရှူးကို ပျက်စီးစေပြီး ဦးနှောက်မှ ခန္ဓာကိုယ်၏ တခြားအစိတ်ပိုင်းသို့ အမိန့်ပေးနေသော အချက်အလက်များကိုလည်း ဖြတ်တောက်ခံရခြင်း ဖြစ်သည်။

ဖြစ်ရသည့်အကြောင်းရင်း

လေဖြတ်ခြင်းကို ဖြစ်စေသည့် အဓိကအရင်းခံ ပြဿနာများမှာ

(၁)ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊

(၂) ကိုယ်အလေးချိန်များခြင်း

(၃) သွေးထဲကော်လက်စတရော့ (တိရိစ္ဆာန်မှ ထွက်သည့် အဆီတမျိုး) များခြင်း၊

(၄)သွေးတိုး (သို့) ဆီးချို တခုခု (သို့) နှစ်ခုစလုံး ရှိခြင်း၊

(၅)အရက် အလွန်အမင်း သောက်ခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

(၁) ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း

ဆေးလိပ် သောက်သောအခါ ဆေးလိပ်အတွင်းတွင် ပါဝင်သော နီကိုတင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း အားလုံးကို ထိခိုက်စေပြီး ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ကို အလွန်အမင်း များစေပြီး သွေးကြောထဲ အောက်စီဂျင်ကို နည်းစေခြင်း၊ သွေးလွှတ်ကြောအတွင်းရှိ တခြား ပါဝင်သော ဓါတ်ပေါင်းများ (Arterial Blood gases) ကိုလည်း မမျှမတ ဖြစ်စေခြင်းဖြင့် သွေးလွှတ်ကြောကို ထိခိုက်စေပါသည်။

(၂) ကိုယ်အလေးချိန်များခြင်း

ကိုယ်အလေးချိန် များသောအခါ နှလုံးမှ ခန္ဓာကိုယ် အနှံ့အပြားသို့ အာဟာရနှင့် အောက်စီဂျင် ထောက်ပံ့ရာတွင် အရောက်နှေးကွေးစေပါသည်။ အရပ်နှင့်မမျှအောင် ကြီးမားနေသော ခန္ဓာကိုယ်မှ တောင်းဆိုသည့်အတိုင်း အာဟာရနှင့် အောက်စီဂျင်ကို အလုံအလောက် ပို့ပေးနိုင်ရန် နှလုံးနှင့် သွေးလွှတ်ကြောသည် ခန္ဓာကိုယ် ကြီးမားလေ အလုပ်ကို မနိုင်မနင်း ပိုလုပ်ရလေ ဖြစ်သည်။

(၃) သွေးထဲ ကော်လက်စတရော့ အဆီများခြင်း

သွေးထဲတွင် ကော်လက်စတရော့ များပါက ကော်လက်စတရော့ကြောင့် သွေးကို လိုသည်ထက်ပို၍ ပျစ်ခဲစေပြီး သွေးစီးမှုကို နှေးစေခြင်း၊ ၎င်းမှ ဖြစ်ပေါ်လာသည့် အဆီဖတ်များသည် သွေးကြောနံရံတွင် အနည်ထိုင်ကာ တွယ်ကပ်စေပြီး သွေးလွှတ်ကြောကို မာကျောစေခြင်းနှင့် ကျဉ်းစေခြင်း၊ အချိန်ကြာလာသောအခါ သွေးကြောနံရံတွင် အနည်ထိုင်၍ မာကျောနေသော ကော်လက်စတရော့ အဖတ်များသည် တစ်စီပဲ့ထွက်ကာ သွေးထဲ၌လွင့်ပျောက်ပြီး သွေးကြောကို ပိတ်ဆို့စေပါသည်။ နှလုံးသွေးကြော၊ ဦးနှောက်သွေးကြောနှင့် မည်သည့်အင်္ဂါ အစိတ်အပိုင်းရှိ သွေးကြောကို

ပိတ်ဆို့ခံရသည်ဖြစ်စေ ပိတ်ဆို့ခံရသော အစိတ်အပိုင်းအတွက် အောက်စီဂျင်ကို ပြတ်တောက်စေပါသည်။

(၄) သွေးတိုးနှင့် ဆီးချိုရောဂါများ ရှိခြင်း

သွေးတိုးရောဂါသည် ထိုကဲ့သို့ သွေးလွှတ်ကြောမှ မနိုင်မနင်း အလုပ်လုပ်ရဖန် များသောကြောင့် ဖြစ်လာရသည်။ ထို့ကြောင့် သွေးတိုးရောဂါ ရှိသူသည် သွေးပေါင်ချိန်ကို ပုံမှန်အတိုင်း မထိန်းချုပ်နိုင်ပါက ကိုယ်အလေးအချိန် များခြင်းကြောင့် ရင်ဆိုင်ရသော အထက်ပါ အခက်အခဲများအပြင် သွေးလွှတ်ကြောမှာ ကျုံ့နိုင်ဆန့်နိုင်သည့်အား မရှိသောကြောင့် အရှိန်နှင့် တိုက်စားလာသော သွေးဖိအားဒဏ်ကို မခံနိုင်ပဲ သွေးကြောကို လွယ်ကူစွာ ပေါက်ပြဲစေပြီး သွေးယိုစီးစေခြင်း ဖြစ်သည်။

ဆီးချိုရောဂါရှိသူများသည် သွေးထဲရှိ သကြားဓါတ်ကို ပုံမှန်ဖြစ်နေအောင် အမြဲတမ်း မထိန်းချုပ်နိုင်ပါက စားသုံးလိုက်သော ထမင်းနှင့် တခြားအာဟာရများမှ ကူးပြောင်းပေးလိုက်သော ဂလူးကို့စ် (သို့) သကြားဓါတ်များကို ဆဲလ်များမှ စုပ်ယူနိုင်ခြင်းမရှိပဲ သွေးထဲတွင်သာ လှည့်လည်သွားလာ နေသောကြောင့် ၎င်းမှာလည်း ကော်လက်စထရောလ်နည်းတူ သွေးကြောနံရံတွင် အနည်ထိုင်စေကာ သွေးကြောကို မာကျော၊ ကျဉ်းမြောင်းစေပြီး အစပဲ့ထွက်လွှင့်မျောကာ တနေရာတွင် သွားပိတ်ဆို့စေနိုင်ပါသည်။

(၅) အရက် အလွန်အကျွံသောက်ခြင်း

အရက်အလွန်အကျွံ သောက်ခြင်းသည် ဗဟိုအာရုံကြော အဖွဲ့အစည်း Central Nervous System (CNS) အား တိုက်ရိုက် ထိခိုက်စေသောကြောင့် အာရုံတုံ့ပြန်မှု (Motor) အလုပ်လုပ်နိုင်အားကို ပျက်စီး (သို့) လျော့နည်းစေသည်။ ထို့အပြင် သွေးကြောအပါအဝင် ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်း အားလုံးရှိ ကြွက်သားများကိုလည်း ပြေလျော့စေသောကြောင့် သွေးလွှတ်ကြော၏ အလုပ်လုပ်နိုင်မှု အားကို ဆုတ်ယုတ်စေပြီး အောင်စီဂျင် ဖြန့်ဖြူးမှုကို ထိခိုက်စေပါသည်။ ကြွက်သား ပြေလျော့စေခြင်းနှင့် အာရုံတုံ့ပြန်မှု အားနည်းသောကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် အလုပ်လုပ်မှုနှင့် ဦးနှောက်ထိန်းချုပ်မှုကို လျော့စေသော်လည်း အရက်သောက်ခြင်းသည် စိတ်ကို တက်ကြွစေပြီး အာရုံခံစားမှု (Sesory) ကိုမူ လွန်ကဲစေပါသည်။ ထို့ကြောင့် မရှိကို အရှိအဖြစ် ထင်မှတ်ယူဆခြင်း (delusion)၊ အာရုံတွင် တကယ်မဟုတ်သည့် အကြား၊ အမြင်နှင့် ခံစားမှုများ ထင်ဟပ်ဖြစ်ပေါ်နေခြင်း (Auditory, visual and tatile hallucination) တို့အား ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ လေဖြတ်ခြင်းနှင့် အရက်မူးခြင်း နှစ်ခုစလုံးသည် ဦးနှောက်ကို ထိခိုက်စေခြင်း ဟူသည့် အကြောင်းရင်း တူသောကြောင့် လေဖြတ်သော သူတယောက်တွင် တွေ့နိုင်သည့်လက္ခဏာတချို့ကို အရက်မူးနေသူတွင်လည်း တွေ့နိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ အသိ၊ မှတ်ဉာဏ်နှင့် ဆင်ခြင်တုံတရား နည်းသွားခြင်း၊ စကားပြောလျှင် ဗလုံးဗထွေးဖြစ်နေခြင်း၊ လမ်းကို ဒယိမ်းဒယိုင်လျှောက်ခြင်း၊ မျက်လုံးကို ကောင်းကောင်း မမြဲနိုင်ခြင်း၊ အစာကောင်းကောင်း မမျိုနိုင်ခြင်း စသည်တို့သည် ဦးနှောက်ပုံမှန် အလုပ်မလုပ် နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော လက္ခဏာများ ဖြစ်သည်။

လက္ခဏာများ

ထိခိုက်သည့် သွေးကြောအလိုက် ဦးနှောက်တစ်ရှူး ပျက်စီးသည့် အစိတ်အပိုင်း ကွဲပြားသောကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်း (သို့) အလုပ်လုပ်မှုစနစ် ချွတ်ယွင်းသွားသည့် နေရာနှင့် လက္ခဏာများမှာလည်း ကွဲပြားသည်။ ထိခိုက်သွားသော ဦးနှောက်၏ ဧရိယာအပေါ်မူတည်၍ လှုပ်ရှားရာ၌ ဟန်ချက် မထိန်းနိုင်ဖြစ်ခြင်း၊ ကိုယ်တခြမ်း (သို့) တပိုင်းသေသွားနိုင်ခြင်း၊ မှတ်ဉာဏ် ဆုံးရှုံးခြင်း၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ချွတ်ယွင်းသွားနိုင်ခြင်း၊ စကားမပြောနိုင်ခြင်း (သို့) မပီတော့ခြင်း၊ တက်ခြင်း၊ နားထဲမှာ ပုံမှန်မဟုတ်ပဲ အမြဲဆူညံနေသလို ခံစားရခြင်း စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုး ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

စမ်းသပ်တွေ့ရှိပုံ

လေဖြတ်ခြင်းကို X-ray, CT (Computer Tomography) scan, Magnetic Resonance Imaging (MRI), သွေးစစ်ခြင်း၊ ဦးနှောက်အတွင်း အရည်စစ်ဆေးခြင်း၊ ဦးနှောက်လှုပ်စစ်လှိုင်းကို (EEG) စစ်ဆေးခြင်းတို့ဖြင့် စမ်းသပ်တွေ့ရှိနိုင်သည်။

ကုသမှု

လေဖြတ်သည်ဟု သိသည်နှင့် ချက်ချင်း အရေးပေါ် ဆေးရုံတင်ရမည်။ သွေးကြော ပိတ်ဆို့မှု (သို့) သွေးယိုစီးမှုအတွက် ဦးနှောက်ကို ခွဲစိတ်ကုသရမည်။ ခွဲစိတ်ပြီးနောက် Aspirin, Warfarin စသည့် သွေးကိုကျစေသည့် ဆေးများဖြင့် နောက်ထပ်တကြိမ် သွေးကြောပိတ်ဆို့ပြီး လေဖြတ်ခြင်းကို ထပ်မဖြစ်စေရန် ကာကွယ်နိုင်သည်။ ထိခိုက်သွားသော ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းအား အကောင်းဆုံး ပြန်လည် အလုပ်လုပ် နိုင်စေရန်အတွက် ထိခိုက် ပျက်စီးသွားသော ခန္ဓာကိုယ် အစိတ်အပိုင်းနှင့် ထိခိုက်သည့် အမျိုးအစားအပေါ် မူတည်ပြီး Physiotherapist, Speech Pathologist, occupational therapist နှင့် တခြား Health care professional များ၏ အကူအညီဖြင့် ပြန်လည်ပြုစုပျိုးထောင် လေ့ကျင့်ခြင်း (Rehabilitation) ဖြင့် အချိန်ယူ၍ ကုသရပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

ဆေးလိပ်မသောက်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ် အလေးချိန်ထိန်းခြင်း (BMI 18.5-25)၊ အဆီများသည့် အစားအစာများနှင့် အသားကို လိုသည်ထက် ပိုမစားခြင်း၊ သွေးတိုးနှင့် ဆီးချိုရှိသူများသည် ဆရာဝန် ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း သွေးထဲသကြားဓါတ် (သို့) သွေးပေါင်းချိန်ကို အမြဲတမ်းပုံမှန် ဖြစ်နေအောင် ထိန်းချုပ်ခြင်း၊ အရက်ကို သောက်သင့်သည်ဟု သတ်မှတ်ထားသည်ထက် ပိုမသောက်ခြင်း

(လုံးဝမသောက်က ပိုကောင်းပါသည်)၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု ပုံမှန် ပြုလုပ်ခြင်း စသည်တို့ဖြင့်
လေဖြတ်ခြင်းကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။