

Przemijające niedokrwienie mózgu – na czym polega?

Mały udar – tak specjaliści nazywają przemijające niedokrwienie mózgu. Dlaczego mały? Jakie są jego objawy i czym różni się od jego najczęstszej postaci, jaką jest udar niedokrwienny? Wspólnie z neurologiem, dr hab. n. med. Beatą Tarnacką, ekspertem programu „Zdrowa ONA”, przedstawiamy najważniejsze informacje związane z tym schorzeniem.

Pani Doktor, na czym polega tzw. mały udar?

Mały udar mózgu (TIA – transient ischemic attack), czyli dokładnie przemijające niedokrwienie tego organu, uznaje się za „zapowiedź” udaru niedokrwiennego. To pewnego rodzaju sygnał ostrzegawczy wysyłany przez organizm, który alarmuje, że dzieje się coś złego. Wszystkie objawy małego udaru mózgu trwają krótko, pojawiają się nagle i szybko ustępują. Niestety to sprawia, że pacjenci nie zdają sobie sprawy z możliwych zagrożeń i zamiast zaniepokoić się tymi objawami, cieszą się, że szybko ustąpiły.

Skąd nazwa mały udar?

Nazwa ma swoje źródło we wspomnianym przeze mnie czasie trwania niedokrwienia mózgu oraz w tym, że jest ono przemijające. Średni czas trwania określa się jako 15 minut do godziny. Po tym czasie wszystkie objawy ustępują, a pacjent wraca do normalnego funkcjonowania.

O jakich objawach mowa?

To bardzo ważne pytanie, ponieważ pacjenci często bagatelizują objawy, nie zdając sobie sprawy z tego, że mogą one nieść poważne konsekwencje. Do najczęstszych oznak małego udaru należą: niedowład i niedoczulica połowicza, czyli nagłe osłabienie, zaburzenie ruchu i czucia w kończynach (rąk i/lub nóg), wykrzywienie twarzy, które sprawia wrażenie grymasu z charakterystycznym opuszczeniem jednego z kącików ust. Osoba, która doświadcza przemijającego niedokrwienia mózgu ma również problem z mową, wypowiedzeniem najprostszych zdań, zamiast nich słyszy się bełkot, który trudno zrozumieć. Poza tym występują problemy z widzeniem i zawroty głowy prowadzące nawet do utraty równowagi. Zdarza się również utrata przytomności. Warto podkreślić, że te objawy, choć mogą być poważne, mijają. Dlatego niektórzy pacjenci traktują je jako mało ważny incydent i nie zgłaszają się do lekarza.

Pani Doktor, jakie jest prawdopodobieństwo, że po wystąpieniu małego udaru dojdzie do kolejnego dużego, fatalnego w skutkach?

Badania pokazują, że u niemal 10% pacjentów, u których wystąpiły objawy neurologiczne małego udaru, dochodzi do udaru dokonanego w ciągu miesiąca, a u 20% w ciągu najbliższego roku. To powinno dodatkowo wyczulić pacjentów na choćby najmniej dotkliwie oznaki, o których przed chwilą mówiliśmy. Odpowiednio wczesne zgłoszenie do lekarza może zapobiec poważnym konsekwencjom.

W takim razie, czy jesteśmy w stanie zapobiec wystąpieniu małego udaru?

W przypadku małego udaru, profilaktyka jest taka sama jak przy pozostałych udarach. Przede wszystkim zdrowy tryb życia, czyli jak najwięcej ruchu, zrównoważona, bogata w wartości odżywcze dieta, nie nadużywanie alkoholu i nie palenie papierosów. Takie działania pozwolą uniknąć zachorowania na nadciśnienie tętnicze, miażdżycę, otyłość oraz cukrzycę, które znacznie, bo nawet pięciokrotnie, podnoszą ryzyko wystąpienia udaru mózgu. Istotne jest również przyjmowanie leków przepisanych przez lekarza w prewencji tych zaburzeń, oraz takich jak na przykład winpocetyna, która może pozytywnie wpływać na krążenie mózgowe.