

التدخل التأهيلي : تعديل عوامل الخطورة المتعلقة بأسلوب الحياة وتأثيرها على حدوث تكرار السكتة الدماغية

نبيلة السيد طه صبوله⁽¹⁾ ، سلوي عبد الجواد سلام⁽²⁾

(1) أستاذ مساعد بقسم تمريض صحة المجتمع- كلية التمريض- جامعة المنوفية ، (2) مدرس بقسم تمريض الباطني الجراحي- كلية التمريض -جامعة المنوفية

التدخلات التأهيلية :

تهدف إلى تعديل عوامل الخطورة المتعلقة بنمط الحياة وهي تعديل وتغيير (ضغط الدم، مستوى السكر بالدم ، التدخين، نظام الغذاء، الكوليستيرول، النشاط البدني).

تم متابعة المجموعتين لمدة عام وتقييم ضغط الدم (الانقباضي والانقباضي) ونسبة الكوليستيرول والسكر بالدم علي مدي ثلاث فترات متقطعة كل ثلاث شهور.

تم متابعة المجموعتين وتقييم المستوى المعرفي علي مدي مرتين (بعد الانتهاء من التدخلات التأهيلية مباشرة وبعد 3 شهور).

النتائج:

تم استخلاص النتائج التالية من الدراسة:

- أن الجنس والسن والتدخين الايجابي ومستوى الكوليستيرول وارتفاع ضغط الدم (الانقباضي والانقباضي) من أهم العوامل المؤثرة و الخطرة في حدوث تكرار السكتة الدماغية.
- قلة حدوث و تكرار مرات السكتة الدماغية لدى المجموعة البحثية عن المجموعة الضابطة.
- تحسن ضغط الدم ومستوى الكوليستيرول ومستوى السكر بالدم لدى المجموعة البحثية عن المجموعة الضابطة.
- إرتفاع مستوى المعرفة بمرضى السكتة لدى المجموعة البحثية عن المجموعة الضابطة
- زيادة القدرة علي الإعتماد الذاتي للمرضي لأداء الأنشطة اليومية لدى المجموعة البحثية عن المجموعة الضابطة.

الخلاصة:

تحديد عوامل الخطورة وتعديلها من الضروريات الملحة لمرضى السكتة الدماغية . التدخل التأهيلي لمنع السكتة الدماغية مدمجا مع تغييرات اسلوب الحياة المتعلقة بارتفاع ضغط لدم ،زيادة السكر في الدم ،التدخين ،اسلوب التغذية ،تقليل الكوليستيرول وايضا الأنشطة البدنية واكتساب لمعلومات الخاصة بالسكتة الدماغية لها عظيم الاثر ومهمة في المساهمة لتقليل حدوثها مستقبلا.

التوصيات:

من خلال النتائج الحالية نستخلص التوصيات الآتية:

مقدمة :

تعتبر السكتة الدماغية من أهم الأسباب المؤدية للعجز والموت عالميا. في مصر حديثا أقرت هيئة التعبئة والاحصاء أن ثلث الذين يموتون مصر يرجع للسكتة الدماغية. إن التدخل التأهيلي التمرضي الفعال يبدأ بعد حدوث السكتة مباشرة لضمان الشفاء وتقليل العجز الوظيفي.

الهدف من الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على العوامل الخطرة لتكرار حدوث السكتة الدماغية وتقييم تأثير تعديل نمط الحياة لعوامل الخطورة على تكرار السكتة الدماغية.

مكان و عينة الدراسة:

أجريت هذه الدراسة في العيادات الخارجية للمخ والأعصاب بمستشفى جامعة المنوفية بشبين الكوم على مدى 16 شهر وتضمنت العينة 86 مريض سكتة دماغية تم خروجهم من المستشفى حديثا. تم تقسيم المجموعتين عشوائي إلى مجموعتين ، الأولى 46 (مجموعة دراسة) و الثانية 42 (مجموعة ضابطة).

أدوات جمع البيانات :

تم استخدام الآتي:

1. الاستمارة الأولى: هي استمارة استبيان تغطي بيانات المريض الشخصية السن-الوظيفة-التعليمالخ.ومعلوماته عن المرض
 2. مقياس الاعتماد الذاتي (بارثل اندكس ،1988) للأنشطة اليومية: لقياس القدرة الوظيفية والقدرة علي الحركة.
 3. استمارة لمتابعة قراءات قياس ضغط الدم ونسبة الكوليستيرول والسكر بالدم.
- تم اعطاء التدخلات التأهيلية الخاصة بتعديل عوامل الخطورة المتعلقة بنمط الحياة وتأثيرها على حدوث تكرار السكتة الدماغية في العيادات الخارجية للمخ والأعصاب بمستشفى الجامعة بشبين الكوم بعد الانتهاء من ملأ الاستبيان من المرضي مع اعطاء كتيب و فيديو تعليمي لتوضيح هذه التدخلات التأهيلية. للمجموعة الدراسة دون المجموعة الضابطة.

- ضرورة التأهيل وتغيير أسلوب الحياة لعوامل الخطورة لتقليل تكرار حدوث السكتة الدماغية.
- يجب على التمريض ومقدمي الرعاية الصحية تقديم معلومات تطبيقية ذات الدليل العلمي لتعديل أسلوب الحياة لعوامل الخطورة لمرضى السكتة الدماغية
- ضرورة متابعة مرضى السكتة الدماغية داخل المجتمع بعد خروجهم مباشرة من المستشفى لمنع حدوث تكرار السكتة الدماغية.