



منبع: فارس

گروه: اجتماعی

تاریخ خبر: ۱۳۹۴/۰۱/۰۶



## عوامل مؤثر در سکته مغزی/مصرف سیگار، چربی و فشارخون شانس سکته را بالا می برد، سبزی و میوه پایین

حسین پاکدامن در گفت و گو با خبرنگار بهداشت و درمان خبرگزاری فارس، گرفتگی رگ، پارگی آن و حرکت لخته خون را عامل بروز سکته های مغزی عنوان کرد و اظهار داشت: فشار و چربی خون بالا، مصرف سیگار و مواد مخدر، سابقه خانوادگی و کم تحرکی جزو عواملی محسوب می شود که در ابتلا به سکته های مغزی است. این متخصص مغز و اعصاب با تاکید بر داشتن سبک زندگی سالم با مصرف مواد غذایی کم نمک و کم روغن و تحرک کافی، گفت: سکته مغزی که بر اثر گرفتگی رگ رخ می دهد، در ایران ۱۰ سال زودتر از سایر کشورهای دنیا است، افزایش چربی، فشار و قند خون، چاقی و مصرف سیگار فرد را مستعد گرفتگی رگ و سکته های مغزی می کند.

رئیس انجمن علوم اعصاب ایران ادامه داد: همه افراد به ویژه افرادی که سابقه خانوادگی مشکلات عروقی دارند باید فشار، چربی و قند خون خود را کنترل کنند و با مصرف مواد غذایی سالم مانند میوه ها، سبزی ها و لبنیات تازه و کم چرب مانع از بروز سکته های مغزی در خود شوند.

این نوروژیست تصریح کرد: ذخایر گلوکز و اکسیژن در مغز محدود است و به محض کاهش آنها مغز با مشکل جدی مواجه می شود، بنابراین باید فرد مبتلا به سکته های مغزی را هرچه سریعتر به نزدیکترین مرکز درمانی ارجاع داد.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی خاطرنشان کرد: آموزش به افراد جامعه برای داشتن سبک زندگی سالم با مصرف مواد غذایی سالم و تحرک کافی و شناساندن عوامل مستعد کننده سکته های مغزی و علائم آن برای مدیریت موقعیت هایی که در آن فردی دچار سکته های مغزی می شود. ضروری است. انتهای پیام/

کد خبر: ۲۱۱۶۴۶۹۱

اطلاعات تکمیلی:

گروه اختصاصی: درمان

رتبه:

جهت گیری:

اخبار مرتبط:

✓ باشگاه خبرنگاران جوان: عوامل مؤثر در سکته مغزی/مصرف سیگار، چربی و فشارخون شانس سکته را بالا می

برد، سبزی و میوه پایین