**Péče o klienta s cévní mozkovou příhodou**

**CÉVNÍ MOZKOVÁ PŘÍHODA (CMP)** - stav, při němž dochází k přerušení průtoku krve a k poškození mozku nedostatečným prokrvením v důsledku

* prasknutí cévy a krvácení
* uzavření cévy krevní sraženinou

**ROZDĚLENÍ CMP PODLE PRŮBĚHU**

→ **TIA (tranzitorní ischemická ataka)**

 přechodná nedokrevnost mozkových cév, zdravotní stav se upraví do 24 hodin, větší riziko vzniku těžší formy CMP

 → **postupující cévní mozková příhoda**

 CMP se neukončí do 24 hodin a dále se rozvíjí, zpravidla 3-5 dnů

 → **dokončená CMP**

 příznaky se neupraví do 24 hodin, stav se dále nerozvíjí a klinické příznaky jsou i několik týdnů stejné

**PŘÍZNAKY**

**hrozící CMP**

* zmatenost, mdloby
* bolesti hlavy
* potíže při chůzi
* hůře pohybuje prsty ruky
* zhoršené vidění

**rozvinuté CMP**

* **poruchy vědomí**
* **poruchy pohybového aparátu**
	+ částečné nebo úplné ochrnutí poloviny těla
	+ úplné nebo částečné ochrnutí jedné končetiny
	+ ochrnutí ve tváři - pokles ústního koutku, nedovře oko, nepokrčí čelo
	+ svalová ztuhlost

* **poruchy smyslových orgánů**
	+ poruchy rovnováhy a vnímání polohy částí těla
	+ výpadky částí zorného pole - budí dojem nevidomého
	+ poruchy citlivosti
* **porucha řeči**
	+ není schopen rozumět slovům
	+ není schopen vyjádřit se slovy

**CÍLE OŠETŘOVATELSKÉ PÉČE**

* zlepšit pohyblivost a sebeobsluhu nemocného
* zlepšit porozumění a komunikaci s nemocným
* upravit vyprazdňování nemocného, zaškolit se v používaných pomůckách
* zabránit vzniku dekubitů a opruzenin
* zajistit dostatečnou výživu a hydrataci nemocného
* snažit se zmírnit bolest úpravou polohy, rehabilitací, bazální stimulací a podáním léků
* zamezit vzniku komplikací z imobilizace nemocného
* zapojit do ošetřovatelské péče další členy rodiny
* dbát o bezpečnost nemocného
* snažit se o odstranění strachu a nejistoty nemocného z budoucnosti
* zajistit nemocnému dostatek informací o nemoci a ošetřování
* poučit klienta o rehabilitaci
* poučit klienta o dietě
* naučit klienta soběstačnosti v aktivitách denního života
* využít možností domácí péče
* rehabilitace
	+ je nedílnou součástí léčby
	+ nutno začít v prvních hodinách po vzniku CMP nebo okamžitě, jakmile to stav nemocného dovolí
	+ významné jsou i pasivní formy rehabilitace a polohování
	+ nejprve se začíná s pasivním cvičením postižených končetin
	+ procvičují se všechny klouby postižených končetin
	+ důležitá je rehabilitace ramenního kloubu, kdy se jedná o prevenci syndromu „ztuhlého ramene" 3-4krát denně
	+ musí být komplexní, zajištěná fyzioterapeutem (rehabilitační pracovník), logopedem (nácvik řeči), psychologem, ergoterapeutem (léčba prací)
* dieta
	+ omezení živočišných tuků, soli, cholesterolu
	+ strava bohatá na ovoce, zeleninu, celozrnné potraviny, luštěniny
* aktivity denního života
	+ maximální soběstačnost při činnostech, které bude klient postupně zvládat sám, nikdy nepospíchat a vždy klienta pochválit!
	+ nacvičit úchop lžíce, při jídle nespěchat
	+ nacvičit oblékání osobního prádla
	+ nacvičit vyprazdňování
	+ procvičovat mluvidla
* rehabilitace řečových poruch

Afázie motorická

Postižený velmi dobře chápe, co mu sdělujeme, ale řeč není plynulá.

Afázie senzorická

Nemocný není schopen pochopit naše sdělení. Řeč je plynulá, ale postrádá smysluplnost.

Cvičení mluvidel

Důležité je masírování ochrnutých svalů v oblasti úst. Vyzýváme nemocného, aby cvičil pohyby jazyka a rtů. K lepší komunikaci používáme afatický slovník.

Afatický obrazový slovník je určen především pro počáteční léčbu afázie. Obrázky jsou vyjádřena podstatná jména, přídavná jména, slovesa a životní situace.

**Základy pohybové podpory u klienta s CMP – kinestetická mobilizace**

* pohyb je nepostradatelný pro udržování vnitřních funkcí
* pacient dlouhodobě upoutaný na lůžko trpí úbytkem svalstva, ztrátou kostní hmoty, svaly ztrácí pružnost, vazy elasticitu, každý pohyb je bolestivý
* v kinestetické mobilizaci jsou nepohybliví pacienti při všech změnách polohy podporováni v postupném pohybu vpřed

<http://ose.zshk.cz/vyuka/edukace.aspx?id=14>

* + transfer v lůžku
	+ posun na kraj lůžka
	+ poloha na boku
	+ posazení na kraj lůžka
	+ přesun lůžko – židle

**DESATERO PREVENCE VZNIKU CMP**

* Kouříte-li, pokuste se přestat. Jestliže se Vám to nedaří, obraťte se na poradnu pro odvykání kouření.
* Najděte si pohybovou aktivitu, která je pro Vás vhodná, a věnujte jí alespoň 30 minut denně.
* Udržujte si přiměřenou váhu.
* Vylepšete svůj jídelníček – omezte sůl, tuky a cukry.
* Dodržujte pitný režim.
* Zajímejte se o svůj zdravotní stav, pravidelně si nechte zkontrolovat tlak, hodnoty krevního cukru a cholesterolu, pokud jsou zvýšené nad normální hodnoty, pak je nutná snaha o jejich snížení – vždy v prvé řadě dietními opatřeními, dále léky, které vám předepíše váš lékař.
* Vyhněte se pití nadměrného množství alkoholu, zejména destilátů.
* Snažte se vyvarovat stresových situací, a máte-li pocit, že je nezvládnete, vyhledejte pomoc odborníků.
* Nemoci srdce a jiná dříve vzniklá onemocnění sice sami jistě neovlivníte, ale pravidelnými kontrolami u specialistů a dodržováním léčebného režimu můžete předejít cévním komplikacím.
* Věnujte se svým koníčkům, choďte do společnosti, buďte optimisty.

**JAL PEČOVAT O SEBE I BLÍZKÉHO PO CMP**

* Zařiďte si alespoň jedno odpoledne či večer v týdnu, kdy vás někdo u nemocného zastoupí.
* Zajděte si sami do kina, na procházku nebo si udělejte výlet…
* Dopřejte si chvilku jen pro sebe nad šálkem dobrého čaje či kávy a zkuste pustit všechny starosti z hlavy…
* Zavolejte příteli či kamarádce.
* Poslouchejte hudbu, která vás potěší.
* Kupte si drobnost, která vám udělá radost – sladkost, knihu, květinu, něco na sebe, hrneček…
* Zeptejte se nemocného, nechce-li pozvat své přátele, může jej to povzbudit a vy budete mít chvíli volna…
* Zkuste se sami i s nemocným podívat i na nějaký pěkný film.
* Kupte něco, co máte oba rádi, a udělejte si nemocným „malou oslavu“, tak jak jste to dříve dělali.
* Nabídněte dětem, vnoučatům, jestli nechtějí přijít na chvíli něco nemocnému předčítat…
* Neostýchejte se svěřit těm, kteří byli v podobné situaci, nejspíše vás vyslechnou, porozumí či poradí…
* Pokud máte k dispozici počítač, najdete takové spřízněné duše i prostřednictvím internetu, aniž byste museli odcházet z domova…

Zdroje:

FEIGIN, Valery L. *Cévní mozková příhoda: prevence a léčba mozkového iktu*. 1. české vyd. Praha: Galén, c2007, 207 s. ISBN 978-80-7262-428-7.

<http://www.mozkovaprihoda.cz/jnp/cz/cmp_rodina/jak_pecovat_o_sebe_i_blizkeho_po_cmp.html>

[www.mozkovaprihoda.cz](http://www.mozkovaprihoda.cz/)

[www.ictus.cz](http://www.ictus.czhttp/ose.zshk.cz/vyuka/edukace.aspx?id=14)

[http://ose.zshk.cz/vyuka/edukace.aspx?id=14](http://www.ictus.czhttp/ose.zshk.cz/vyuka/edukace.aspx?id=14)

[www.ose.zshk.cz](http://www.ose.zshk.cz/)

<http://slovnik.kvalitne.cz/obrazy/poj.jpg>