دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نیشابور

معاون بهداشت دانشگاه علوم پزشکی نیشابور گفت **: 80** درصد از سکته های مغزی با سبک زندگی صحیح قابل پیشگیری هستند .

دکتر حامد جز جلالیان افزود : سکته مغزی یعنی بسته شدن یا پاره شدن یک شریان مغزی که به دنبال آن اختلال در گردش خون آن ناحیه از مغز ایجاد شده و سکته اتفاق می افتد .
رئیس مرکز بهداشت نیشابور در خصوص علائم سکته مغزی تصریح کرد : فلج شدن، بی‌حسی یا ضعف در بازو، صورت یا پا، مشکل در صحبت کردن یا درک دیگران، مشکلات بینایی، سرگیجه و سردرد ناگهانی از علایم سکته مغزی است .
وی خاطر نشان کرد:80 درصد از سکته‌های مغزی از طریق تغییر رژیم غذایی و سبک زندگی سالم از جمله داشتن رژیم غذایی سالم، ورزش منظم، خواب بهتر، کاهش سطح استرس، کنترل فشار خون و کلسترول و همچنین ترک سیگار و الکل و سایر تغییرات قابل پیشگیری هستند .
مدیر گروه پیشگیری و مبارزه با بیماری های غیر واگیر

1 / 2

Phoca PDF

[illegible]

Phoca PDF