

NASIONAL ARTIKEL WILAYAH LUAR NEGARA HIBURAN SUKAN BISNES PENDIDIKAN SAINS REKREASI GAYA HIDUP

VIDEO

[LAMAN UTAMA](#) | [ARKIB BERITA](#) | [JOM IKLAN](#)

ENGLISH VERSION

[CARI](#)

E-PAPER



KOMUNITI

Waktu Solat
Laporan Cuaca

BERITA

Berita Utama
Dalam Negeri
Wilayah
Laporan Khas
Parlimen
Politik
Luar Negara
Sukan
Bisnes
Mahkamah
Jenayah

KOLUMNIS



GAYA HIDUP

Agama
Keluarga

Hiburan
Rancangan TV
Feminin
Pendidikan
Sains & Teknologi
Agrobiz
Kesihatan
Rekreasi
Polis & Tentera
Sastera

ARTIKEL

Rencana
Cuit
Selak
Awang Selamat
Kolumnis
Forum

CAPAIAN LAIN

Classifieds
Utusan Airtime
Portal Pendidikan
Kosmo! Online
Mangga Online
Saji Online
MyBooks
Kareer
Utusan Karya
Laman Xtive

LAMAN KHAS

Liga M 2010
PRK 2009
UMNO 2008
Pilihan Raya AS
Beijing 2008
Merdeka 2008
Euro 2008
MAHA 2008
PRU-12
Sharlinie
Salam Perantauan

UNDIAN

KESIHATAN

Awasi tanda-tanda strok

Oleh ROSLAH OTHMAN

Utusan Online *English Version*
now online!

 "Kolokium 1 Malaysia :
Halatuju Ekonomi Bumiputera"

Usahawan *Bengkel* Bersama
MEGA Utusan

IKLAN@UTUSAN

Rasa lemah atau kebas secara tiba-tiba pada muka, lengan serta di sebelah bahagian badan adalah antara gejala seseorang itu berkemungkinan diserang strok atau angin ahmar.

Selain itu, penglihatan juga menjadi kabur secara tiba-tiba pada sebelah atau kedua-dua mata.

Tanda-tanda amaran strok

Menurut Perunding Neurologi di salah sebuah hospital di ibu negara, Dr. Lee Moon Keen, strok tidak terjadi begitu sahaja kerana lazimnya terdapat tanda-tanda amaran seperti yang dijelaskan.

Dengan mengenalpasti tanda-tanda ini dan bertindak segera daripada segi perubahan, seseorang individu dapat mengelakkan strok yang akan berlaku ataupun mengurangkan tahap keseriusannya.

Di negara ini katanya, strok adalah pembunuh yang keempat terbesar selepas kanser dan penyakit jantung.

Strok juga penyebab utama ketidakupayaan yang teruk, di mana kos merawat pesakit juga adalah tinggi dan rawatan pemulihan bagi pesakit yang terselamat daripada maut mengambil masa yang panjang serta mahal.

Menerangkan lebih lanjut mengenainya, terdapat dua jenis serangan strok iaitu, strok iskemia dan strok berdarah.

Strok iskemia berlaku apabila darah beku menyekat arteri daripada membekalkan darah ke otak.

Biasanya strok iskemia adalah akibat daripada pengumpulan kolesterol dan puing lain di dalam arteri semenjak bertahun-tahun lamanya.

Strok jenis tersebut mungkin disebabkan oleh trombosis serebrum, iaitu apabila darah beku (tombus) terbentuk di dalam arteri utama yang menuju ke otak, menghalang bekalan darah.

Manakala embolisme serebrum berlaku apabila darah beku terbentuk di dalam salur darah di tempat lain dalam badan, contohnya di leher atau di jantung dan bergerak dalam aliran darah ke otak.

Menerangkan mengenai strok berdarah katanya, ia terjadi apabila salur darah di dalam otak atau di sekelilingnya pecah dan menyebabkan pendarahan.

Penyakit tekanan darah tinggi yang lama dan tidak dirawat memberi memberikan tekanan pada dinding arteri, menyebabkan meningkatnya risiko arteri itu pecah dan seterusnya berdarah.

Strok berdarah kemungkinan disebabkan oleh pendarahan intraserebrum, iaitu apabila salur darah pecah di dalam otak.

Manakala pendarahan subarahnoid, iaitu apabila salur darah di permukaan otak berdarah dan darah tersebut meresap ke dalam kawasan di antara otak dan tengkorak yang dikenali sebagai ruang subarahnoid.

Menurut Dr. Lee, strok merupakan masalah kesihatan mengancam nyawa yang paling mudah dicegah.

Oleh itu, amat penting bagi seseorang mengetahui dan memahami faktor risiko yang boleh menyebabkan strok.

Sesetengah faktor risiko boleh diubah dan sesetengahnya tidak.

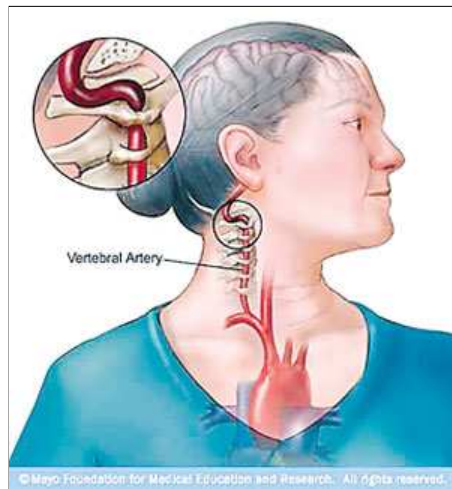
Amat penting katanya, mengingati bahawa mempunyai satu atau lebih faktor risiko yang boleh diubah meningkatkan risiko serangan strok.

Kawalan yang lebih baik terhadap faktor risiko yang boleh diubah dapat mengurangkan risiko strok dengan ketara. Antara faktor yang dikaitkan dengan strok termasuk tekanan darah tinggi, kencing manis, kolesterol tinggi, perokok, diet tidak seimbang dan stres.

Bagaimana strok didianogsis?

Kata Dr. Lee, doktor akan melakukan dianogsis klinikal dengan cara mendapatkan sejarah perubahan pesakit diikuti dengan pemeriksaan fizikal.

Selepas itu doktor akan melakukan ujian bersesuaian yang diperlukan untuk merawat pesakit dengan berkesan. Pengimejan menggunakan imbasan tomografi berkomputer



STROK iskemia berlaku apabila darah beku menyekat arteri membekalkan darah ke otak.

Waktu Solat Kuala Lumpur

Subuh 5:53
Zohor 1:19
Asar 4:32
Maghrib 7:24
Isyak 8:35

[Klik untuk waktu solat kawasan lain](#)

DARI TUTOR.COM.MY

“ Dapatkan Pakej Pembelajaran Online yang boleh membantu anda berhadapan peperiksaan dengan penuh yakin! ”

BANCIAN

Isu saman ekor terus-menerus mencetuskan kontroversi. Ia menjadi isu hangat kerana:

- Saman ekor tidak adil
- Kelemahan PDRM dan JPJ
- Pemandu "tak makan saman"
- Undang-undang yang lemah
- Prasarana jalan tidak cukup

[Keputusan](#)

[Undi](#)

IKLAN Teks

- "90% PUNCA REZEKI ADALAH BERNIAGA"

IKLAN@UTUSAN

(CT) dan imbasan gema bermagnet (MRI) membantu doktor merawat pesakit.

Menjelaskan mengenai kesan strok kepada pesakit kata beliau, ia adalah pelbagai. Keupayaan khusus yang akan hilang atau terjejas akibat strok bergantung pada berapa teruknya otak rosak dan di bahagian mana di otak strok berlaku.

Katanya, otak adalah organ yang kompleks yang sangat hebat dan setiap kawasan di dalam otak bertanggungjawab terhadap fungsi atau keupayaan tertentu.

“Oleh sebab otak mengawal kesemua fungsi badan, maka strok mempunyai potensi menjejaskan semua aktiviti seseorang,” ujarnya.

Ditanya pula tentang sejauh mana kepentingan melakukan pemulihan segera terhadap mangsa strok, beliau menegaskan pemulihan segera adalah amat penting dimana setiap mangsa mesti mendapatkan rawatan pemulihan secepat mungkin.

Katanya, semakin cepat terapi pemulihan dimulakan, semakin cepat otak mempelajari semula pergerakan yang normal dan kelewatan akan menyukarkan proses pemulihan.

Terapi pemulihan meliputi fisioterapi, terapi cara kerja, terapi pertuturan dan kaunseling.

Dr. Lee juga menegaskan risiko strok boleh dicegah sekiranya seseorang itu mengamalkan gaya hidup sihat. Antaranya melakukan aktiviti fizikal, pengambilan makanan yang sihat, tidak merokok dan sentiasa melakukan pemeriksaan tekanan darah, selain dapatkan khidmat doktor sebelum mengambil pil kontraseptif.

Beliau turut memberi nasihat jika seseorang itu pernah diserang strok, amat penting membuat pemeriksaan perubatan secara tetap supaya tekanan darah, paras kolestrol dan berat badan dapat diawasi.

IKLAN@UTUSAN

