Diagram Periode Emas Penanganan Stroke



More Information? Follow us at:

WA : 085364238118

Instagram : rumkit.reksodiwiryo

Dapatkah Stroke Dicegah?

90% stroke terkait dengan 10 risiko yang dapat dicegah. Berikut langkah-langkah untuk mencegah stroke :

1. Kontrol tekanan darah
2. Lakukan olahraga ringan 5 kali seminggu minimal 30 menit
3. Makan makanan seimbang & sehat (perbanyak buah & sayuran, kurangi garam)
4. Kontrol kadar kolesterol
5. Pertahankan berat badan yang seimbang
6. Berhenti merokok & hindari asap rokok
7. Tidak mengonsumsi alkohol
8. Periksa & obati penyakit jantung
9. Kurangi risiko diabetes
10. Dapatkan pengetahuan tentang stroke

Bagaimana Rehabilitasi Stroke?

Penanganan penderita paska Stroke dapat dilakukan dengan cara :

1. Latihan memperkuat otot-otot kaki dan keseimbangan
2. Latihan mengenakan sepatu yang datar, tidak sempit dan tidak licin
3. Ikuti anjuran dokter tentang batasan, kebutuhan dan alat bantu untuk berjalan yang sesuai
4. Perhatikan pemakaian obat tertentu yang dapat menyebabkan kantuk
5. Bila masih ada gangguan keseimbangan, hindari berjalan supaya tidak jatuh dan cedera atau didampingi keluarga bila perlu

Terakreditasi PARIPURNA

STROKE



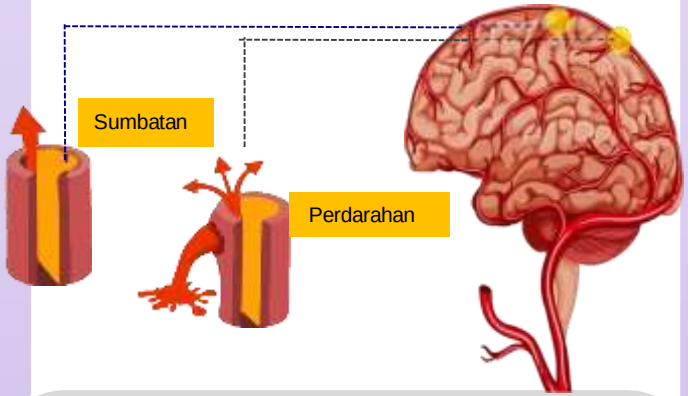
RUMKIT TK III DR. REKSODIWIRYO PADANG

JL. DR. WAHIDIN NO.1, GANTING PARAK GADANG, KEC. PADANG TIMUR KOTA PADANG, SUMATERA BARAT

UNIT PKRS

Apa itu Stroke?

Stroke adalah penyakit pembuluh darah otak. Definisi menurut WHO, Stroke adalah suatu keadaan dimana ditemukan tanda-tanda klinis yang berkembang cepat berupa defisit neurologik fokal atau global, yang dapat memberat dan berlangsung lama selama 24 jam atau lebih dan atau dapat menyebabkan kematian tanpa adanya penyebab lain yang jelas selain vascular



Stroke terjadi apabila pembuluh darah otak mengalami penyumbatan atau pecah.

Akibatnya sebagian otak tidak mendapatkan pasokan darah yang membawa oksigen yang diperlukan sehingga mengalami kematian sel/jaringan

Kenali Faktor Risiko Stroke

Faktor Risiko Stroke adalah hal-hal yang bisa mempercepat terjadinya serangan Stroke, yaitu: faktor yang ***bisa diubah*** & faktor yang ***tidak bisa diubah***

Faktor Risiko yang Tidak Bisa Diubah

Umur	Ras Tertentu
Jenis Kelamin	Genetik (Riwayat Keluarga)

Faktor Risiko yang Bisa Diubah

Hipertensi	Pasca Stroke
Diabetes Melitus	Penyakit Jantung lainnya
Obesitas	Dislipidemia, dll
Merokok	Stres Mental Fisik
Penyalahgunaan Obat	Migrain
Kurang Aktivitas Fisik	Konsumsi Alkohol
Pemakaian Kontrasepsi Hormonal	

Ingat STROKE!



Bahaya Stroke

- Kematian
- Kelumpuhan
- Koma
- Kerusakan Jaringan Saraf
- Sulit Berbicara
- Penglihatan Kabur
- Gangguan Kognitif
- Kaki dan Tangan Lemah
- Kehilangan Keseimbangan
- Wajah Terlihat Tidak Simetris
- Cegukan dan Sesak Nafas



Gejala & Tanda-Tanda Stroke

SeGeRaKeRS

Senyum tidak simetris (mencong ke satu sisi), tersedak, sulit menelan air minum secara tiba-tiba

Gerak separuh anggota tubuh melemah tiba-tiba

Bica**Ra** pelo / tiba-tiba tidak dapat bicara / tidak mengerti kata-kata/bicara tidak nyambung

Kebas atau baal atau kesemutan separuh tubuh

Rabun, pandangan satu mata kabur, terjadi tiba-tiba

Sakit kepala hebat yang muncul tiba-tiba dan tidak pernah dirasakan sebelumnya. Gangguan fungsi keseimbangan seperti terasa berputar, gerakan sulit dikoordinasikan