

OBSAH

Poděkování
Předmluva
O autorovi
Předmluva k českému vydání
Zkušenost pacienta
Co jsme prožívali

Úvod

1. Jak rozumět mozku

Základy anatomie mozku a jeho krevního zásobení
Základy mozkových funkcí
Plasticita mozku

2. Jak rozumět iktu

Co je mozkový iktus a co tranzitorní ischemická ataka?
Jaké jsou varovné příznaky a projevy mozkového iktu a TIA?
Co dělat při podezření na mozkovou mrtvici?
Co je ischemický iktus?
Co je hemoragický (krváčivý) iktus?

3. Rizikové faktory CMP

Hypertenze
Srdeční onemocnění
Ateroskleróza
Vysoká hladina cholesterolu
Tranzitorní ischemická ataka
Diabetes
Pohlaví a věk
Rodinná dispozice a genetika
Neprasklé nitrolební výdutě
Migrény
Další medicínské problémy
Další rizikové faktory

4. Odhad a ovlivnění vlastního rizika CMP

Odhad rizika vzniku CMP
Jak změnit ovlivnitelné rizikové faktory
Co lze dělat s neovlivnitelnými rizikovými faktory?

5. Principy ošetření akutního iktu

Proč je neodkladná hospitalizace tak důležitá?
Jaká léčba je možná?
Neprokázaná léčiva
Jak dlouhý by měl být pobyt v nemocnici?
Jaká vyšetření jsou v nemocnici prováděna?

6. Důsledky CMP

Nakolik je iktus smrtelný?
Jaké jsou dodatečné následky CMP?
Jaké je riziko vzniku další CMP?
Jak snížit pravděpodobnost dalšího iktu?
Jaká je naděje na uzdravení?

7. Ošetrovatelská a léčebná péče po iktu

Kdy má začít rehabilitace
Specialisté a rehabilitační metody
Kam odchází pacient po propuštění z nemocnice?

8. Péče o pacienta po iktu

Polohování na lůžku a fyzioterapie
Prevence krevních sraženin
Posazování na lůžku
Péče o kůži
Péče o oči a dutinu ústní
Prevence bolestí ramene
Vstávání z lůžka a pohyb po okolí
Polykání a příjem potravy
Zvládání problémů s řečí a psaním
Ovládání močového měchýře a střev
Dechová cvičení
Zvládání problémů se smysly
Zvládání běžného života
Fyzická aktivita po iktu

Zvládání emočních problémů

Zvládání problémů s chápáním a uvažováním

Předcházení pádům

9. Často kladené otázky

Jaká je úloha rodiny

S jakou podporou mohou rodina a pečovatelé počítat?

Může člověk po mozkové příhodě nebo TIA řídit auto

Lze po mozkové příhodě nebo TIA cestovat letadlem?

Je po mozkové příhodě nebo TIA pohlavní život vhodný?

Lze získat specifickou péči pro určité kultury?

Závěr

Přílohy

1. Obecné příznaky iktu podle místa postižení
2. Režim nízkotučné a nízkocholesterolové diety
3. Příklady receptů pro zdravý mozek
4. Doporučená váha dospělých
5. Vzor deníku pacienta po mozkovém iktu
6. Cíle a výsledky léčebné péče
7. Informace o Sdružení pro rehabilitaci osob po cévních mozkových příhodách v ČR
8. Přehled městských klubů Sdružení pro rehabilitaci osob po CMP
9. Nabídka rekondičních pobytů na rok 2006 (jako příklad pro další roky)

Zkratky

Slovníček odborných výrazů

Rejstřík