

## Staňte sa záchránárom: Prvá pomoc pri cievnej mozgovej príhode



**Cievna mozgová príhoda (CMP, mŕtvica)** je po kardiovaskulárnych ochoreniach **druhou najčastejšou príčinou úmrtí**, prináša výrazné zníženie kvality života.

### Existujú dva typy CMP:

- Ischemická mŕtvica (80 %) je spôsobená uzáverom ciev v mozgu, čo obmedzuje prívod kyslíka a živín do mozgového tkaniva.
- Hemoragická mŕtvica (20 %) je krvácanie do mozgu v dôsledku prasknutia cievy.

**! Rýchly zásah môže významne ovplyvniť výsledok liečby a znížiť trvalé následky!**

- **Rozpoznajte CMP.** Pokiaľ pozorujete niektorý z príznakov uvedených na protiľahlej strane, **ihneď volajte linku 155.**
- **Nečakajte.** Aj keď si nie ste istí, zavolajte pomoc. Hrá sa o čas a podanie liečby, ktorá môže minimalizovať poškodenie.
- **Zachovajte pokoj.** Osobu pri vedomí uložte do polohy na chrbte, mierne podložte hlavu vankúšom alebo zloženým oblečením.
- **Vyhňte sa samoliečbe.** Nepodávajte žiadne jedlo, pitie ani lieky, pretože pokiaľ je mŕtvica spôsobená krvácaním do mozgu, mohli by situáciu zhoršiť.
- **Monitorujte stav.** Pokiaľ osoba upadne do bezvedomia, nemá hmatateľný pulz, nedýcha normálne alebo prestane dýchať, zahájte kardiopulmonálnu resuscitáciu (KPR).
- **Informujte.** Oznámte záchránárom čas nástupu príznakov, predchádzajúci zdravotný stav osoby a lieky, ktoré užíva.

**155**



**1**

Náhle znečítlivenie alebo svalová slabosť v tvári, horných alebo dolných končatinách, osobitne s postihnutím jednej strany tela (napr. pokles ústneho kútika, pokles ruky pri predpažení).



**2**

Náhle vzniknutá zmätenosť, ťažkosti pri reči alebo vnímaní toho, čo hovoria ostatní.



**3**

Náhle vzniknutá porucha zraku v oblasti jedného alebo oboch očí.



**4**

Náhle vzniknuté ťažkosti pri chôdzi, závraty, porucha rovnováhy alebo koordinácie pohybu.



**5**

Náhle vzniknutá prudká bolesť hlavy bez zjavnej príčiny.