

TANDA PERINGATAN SEBELUM TERJADINYA STROKE

Stroke Sumbatan

Ada tanda awal, berupa :

1. Penglihatan menurun pada satu atau dua mata
2. Kesemutan, kelumpuhan dan kelemahan pada sebelah badan
3. Susah bicara atau tidak mengerti isi pembicaraan
4. Pusing berputar, tiba-tiba jatuh atau hilang keseimbangan
5. Kesulitan menelan

Stroke Pendarahan

1. Tidak ada tanda awal
2. Biasanya pada seseorang dengan penyakit hipertensi
3. Tanda berupa : sakit kepala hebat, terjadi saat aktivitas, lumpuh sebelah badan, hilang kesadaran, bicara pelo

Bagaimana Cara Mencegahnya

PENCEGAHAN PRIMER (sebelum terkena stroke)

Gaya Hidup Sehat:

1. Berhenti merokok
2. Berat badan ideal
3. Makanan sehat (kurangi garam)
4. Olah raga cukup dan teratur 3x/minggu selama 30 menit

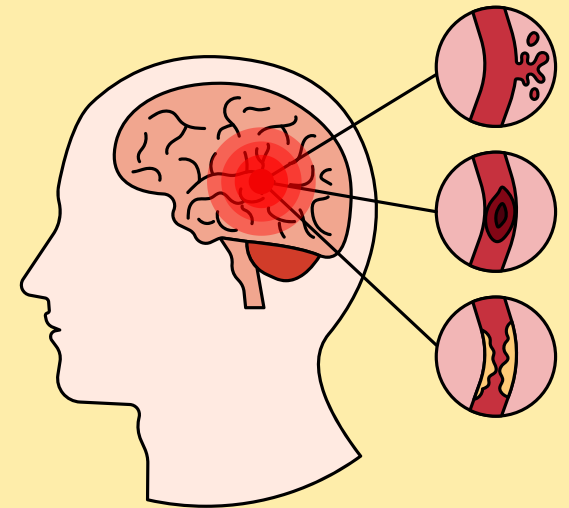
PENCEGAHAN SEKUNDER (mencegah stroke berulang)

1. Kendalikan faktor risiko
2. Ubah gaya hidup
3. Minum obat sesuai anjuran
4. Kontrol teratur



WASPADA

STROKE



Moto:

“Melayani dengan Mulia”

Website : www.rspn.go.id

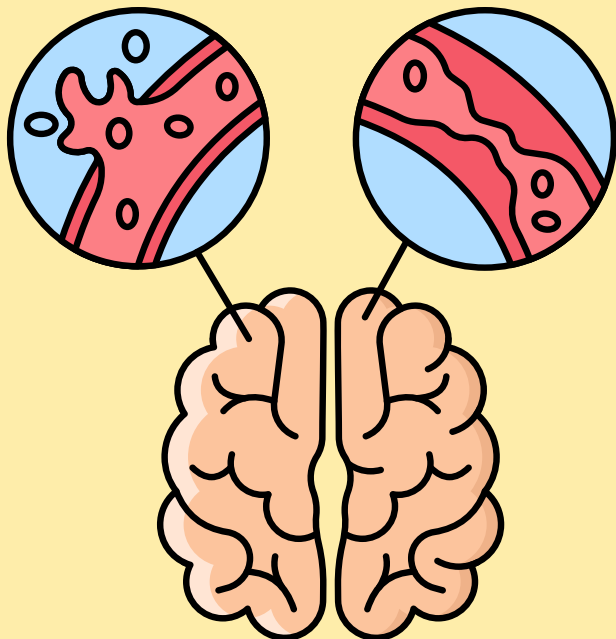
JENIS STROKE

STROKE HEMORAGIK (PERDARAHAN)

Jarang terjadi (15%) dan timbul bila ada kebocoran pada pembuluh darah dan menyebabkan perdarahan otak

STROKE ISKEMIK (PENYUMBATAN)

Paling umum (85%) dan terjadi ketika pembuluh darah di otak tersumbat.



APA ITU STROKE

Stroke adalah **gangguan fungsional otak** akibat dari kerusakan sebagian sel sel otak, yang ditimbulkan oleh **sumbatan aliran darah ke otak atau ada robekan dinding pembuluh darah otak.**

Darah sangat penting untuk kesehatan sel otak karena membawa oksigen dan nutrisi ke otak. Tanpa oksigen dan nutrisi, sel-sel otak akan mengalami kematian

FAKTOR RISIKO STROKE



Tekanan Darah Tinggi



Diabetes



Gaya Hidup Tidak Sehat

PENILAIAN SEDERHANA GEJALA STROKE

F



Face (Wajah)

Salah satu sisi wajah terlihat melorot/tidak simetris.

Face

A



Arms (Lengan)

Satu lengan terasa lemah dan sulit diangkat.

Arm

S



Speech (Bicara)

Bicara pelo/tidak jelas atau tidak bisa bicara.

Speech

T



Time (Waktu)

Catat waktu gejala dimulai dan Segera Panggil Bantuan

Time

APABILA TERDAPAT GEJALA TERSEBUT DIATAS, SEGERA DATANG KE RS TERDEKAT.