

Ictus

Coneix els 5 símptomes més importants per actuar a temps



L'**ictus** té lloc quan s'interromp el reg sanguini del cervell, ja perquè un coàgul ha obstruït un vas o per trencament d'aquest. L'ictus afecta una de cada sis persones i és la primera causa mortal de la dona. Tant a la feina com en el teu temps lliure, has de saber:

Quins són els 5 símptomes principals?

Els símptomes depenen de la zona del cervell afectada.

Aquests són els 5 que solen afectar:

- Dificultat per parlar o entendre als altres
- Pèrdua sobtada de visió (en un o dos ulls)
- Mal de cap fort i sobtat
- Dificultat sobtada per caminar, mareig o pèrdua d'equilibri o de coordinació
- Pèrdua de força o sensibilitat a un costat del cos (cara, braços i/o cames)

Com prevenir-ho?

- Controla la hipertensió, aconseguiríem reduir en un 40% la incidència de l'ictus, **pre-te periòdicament la tensió arterial**
- Porta una dieta saludable
- Practica activitat física regular
- Controla el pes
- Deixa el tabac (si fumes)
- Controla els nivells de colesterol i sucre en sang
- Evita el consum excessiu d'alcohol

No creguis que encara ets molt jove per tenir un ictus

Actua ràpid!

Es tracta d'una urgència mèdica!



És primordial trucar a emergències com més aviat millor: **112**
Un tractament precoç i adequat durant les primeres hores, pot ser decisiu.

- No prenguis aspirines o altres medicaments
- No vagis a l'hospital amb cotxe

Per a més informació: <http://www.frenoalictus.org/>

