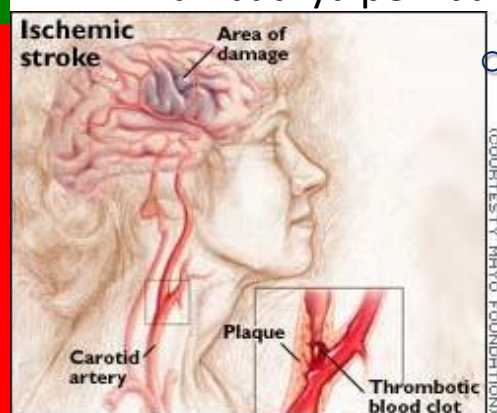




KENALI SERANGAN STROKE DENGAN FAST

- Pada tanggal 29 Oktober 2014 ini merupakan peringatan **Hari Stroke Sedunia**, oleh karena itu ada baiknya sharing info kali ini membahas hal tersebut.
- Indonesia menduduki urutan pertama di dunia dalam hal jumlah penderita stroke terbanyak, demikian menurut dr. Herman Samsudin, Sp.S, seorang ahli saraf sekaligus Ketua Yastroki (Yayasan Stroke Indonesia) Cabang DKI Jakarta.
- Gaya hidup buruk, hipertensi, merokok, tidak aktif atau kurang gerak hingga kolesterol tinggi dapat menyebabkan stoke. Meningkatnya jumlah penderita stroke dari tahun ke tahun menjadi pertanda kian buruknya kualitas kesehatan masyarakat.
- Menurut dr. Pauline Maryana SpS MKes kebiasaan merokok mampu memicu stroke karena zat-zat didalam rokok mengakibatkan kerusakan pada dinding pembuluh darah atau bagian endotel. Bila terjadi kerusakan endotel, maka tubuh memanggil trombosit atau keping pembekuan darah untuk menutup bagian luka pada pembuluh darah akibatnya pembuluh darah mengecil dan terjadi penyempitan.

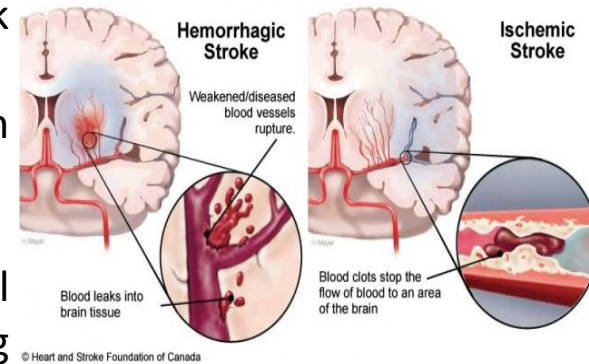


Apa itu Stroke ?

Istilah stroke atau penyakit serebrovaskular mengacu kepada setiap gangguan neurologik mendadak yang terjadi akibat pembatasan atau berhentinya aliran darah melalui sistem suplai arteri otak. Istilah stroke biasanya digunakan secara spesifik untuk menjelaskan infark serebrum. Istilah yang masih lama dan masih sering digunakan adalah cerebrovaskular accident (CVA) (Price, 2006)

○ Apa penyebab Stroke ?:

- Trombosis (bekuan darah didalam pembuluh darah otak dan leher).
- Embolisme serebral (bekuan darah atau material lain yang dibawa ke otak dari bagian tubuh yang lain).
- Iskemia (penurunan aliran darah ke area otak).
- Hemoragi serebral (pecahnya pembuluh darah serebral dgn perdarahan kedalam jaringan otak atau ruang sekitar otak).



○ Faktor Resiko Stroke:

- Faktor resiko untuk terjadinya stroke dapat diklasifikasikan berdasarkan kemungkinannya untuk dimodifikasi atau tidak
- **1. Non modifiable risk factors:** a. Usia, b. Jenis kelamin, c. Berat badan lahir rendah, d. Ras/etnis, e. Genetik.
- **2. Modifiable risk factors:**
 - **a. Well-documented and modifiable risk factors:** 1. Hipertensi, 2. Paparan asap rokok, 3. Diabetes, 4. Atrial fibrilasi dan beberapa kondisi jantung tertentu, 5. Dislipidemia, 6. Stenosis arteri karotis, 7. Sickle cell disease, 8. Terapi hormonal pasca menopause, 9. Diet yang buruk, 10. Inaktivitas fisik, 11. Obesitas.
 - **b. Less well-documented and modifiable risk factors:** 1. Sindroma metabolik, 2. Penyalahgunaan alcohol, 3. Penggunaan kontrasepsi oral, 4. Sleep-disordered breathing, 5. Nyeri kepala migren, 6. Hiperhomosisteinemia, 7. Peningkatan lipoprotein (a), 8. Peningkatan lipoprotein-associated phospholipase, 9. Hypercoagulability, 10. Inflamasi, 11. Infeksi.

○ Gejala Stroke:



- **Face (wajah):** Kelemahan/kelumpuhan wajah dan/atau anggota badan satu sisi atau dua sisi.
- **Arms (Lengan):** Mendadak lemas seluruh badan dan terkulai tanpa hilang kesadaran (drop attack) atau disertai hilang kesadaran sejenak (sinkop).
- **Speech (Bicara):** Gangguan bicara pelo (disartria), gangguan bahasa reseptif/ekspresif (disfasia) atau keduanya.
- **Time (waktu):** Seperti disebutkan sebelumnya, time is brain, setiap detik sangat berharga. Bila ditemukan salah satu gejala di atas, segera hubungi atau bawa pasien ke Unit Gawat Darurat (UGD) rumah sakit terdekat yang memiliki fasilitas penanganan stroke terpadu

○ Gejala Lainnya:



- Rasa baal pada wajah dan/atau anggota badan satu sisi atau dua sisi.
- Gangguan daya ingat/memori baru (amnesia)
- Gangguan orientasi tempat, waktu dan orang.
- Gangguan penglihatan : dobel/kabur pada satu atau dua mata
- Gangguan keseimbangan : vertigo, sempoyongan (ataksia).
- Gangguan menelan cairan dan/ atau makanan padat (disfagia).
- Nyeri kepala dan/atau disertai penurunan kesadaran somnolen sampai koma (perdarahan otak).

○ Strategi Penanggulangan Stroke:

Sekurang-kurangnya ada 5 komponen dalam strategi penanggulangan stroke (Warlow, 1996, pokdi serebrovaskuler & Neurogeriatri, 2000).Kelima komponen tsb. adalah:

- **Promotif:** Upaya ini bertujuan untuk menurunkan angka kejadian stroke dengan mencegah peningkatan faktor risiko stroke di masyarakat. Termasuk upaya ini adalah kampanye atau penyuluhan tentang gaya hidup sehat agar terhindar dari berbagai faktor risiko, seperti merokok, minum alkohol, inaktivitas, dan obesitas.
- **Prevensi Primer:** upaya ini bertujuan untuk menurunkan angka kejadian stroke dengan mencari dan mengobati individu yang mempunyai faktor risiko tinggi terserang stroke antara lain hipertensi, diabetes mellitus, dan penyakit jantung.
- **Prevensi Sekunder:** untuk mencegah serangan ulang pada penderita yang pernah mengalami serangan stroke atau TIA (transient Ischemic attack). Upaya ini diharapkan dapat menurunkan angka kekambuhan (frekuensi).
- **Terapi Stroke Fase Akut:** Upaya ini bertujuan untuk menurunkan angka kematian dan kecacatan pada penderita yang mengalami serangan stroke untuk pertama kalinya maupun serangan ulang.
- **Rehabilitasi:** Disamping keempat komponen di atas, tidak kalah pentingnya adalah usaha meningkatkan kemandirian penderita.

Sumber:

- <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/24954/4/Chapter%20II.pdf>
- http://strokeassociation.org/STROKEORG/WarningSigns/Stroke-Warning-Signs-and-Symptoms_UCM_308528_SubHomePage.jsp
- <http://www.yastroki.or.id/read.php?id=361> &
- <http://www.yastroki.or.id/read.php?id=340>
- <http://www.ekahospital.com/identify-early-signs-of-stroke-with-fast>
- <http://normanz.1naturalremedies.biz/obat-gejala-stroke/>

