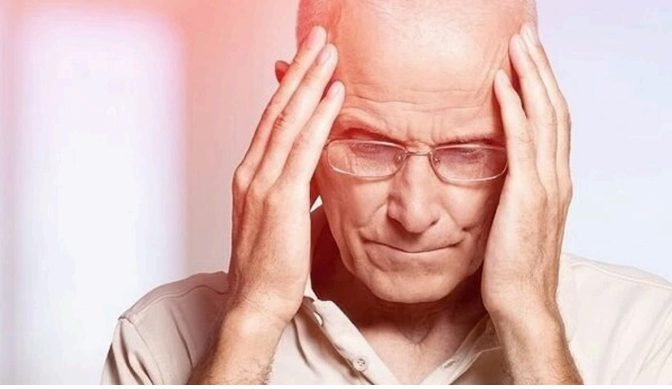


మనీ స్ట్రోక్ ను నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు!



భారత్ సమాచార్, వెబ్ డెస్క్: మెదడుకు రక్తప్రసరణ తాత్కాలికంగా నిలిచిపోవడాన్ని 'మనీ స్ట్రోక్' అంటారు. ఇది భవిష్యత్తులో రాబోయే భారీ స్ట్రోక్ కు ముందస్తు హెచ్చరిక లాంటిదని ప్రముఖ వైద్యుడు సుధీర్ కుమార్ హెచ్చరించారు. మాట తడబడటం, కంటిచూపు మందగించడం వంటి లక్షణాలు నిమిషాల్లో తగ్గిపోయినా వాటిని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదని తెలిపారు. ఇవి కనిపిస్తే వెంటనే వైద్యుడిని కలవడం ద్వారా 80% వరకు మేజర్ స్ట్రోక్ ప్రమాదాన్ని నివారించవచ్చని సూచించారు. మెదడుకు రక్తప్రసరణ తాత్కాలికంగా నిలిచిపోవడాన్ని 'మనీ స్ట్రోక్' లేదా ట్రాన్సియంట్ ఇస్కెమిక్ అటాక్ (TIA) అంటారు. ఇది భవిష్యత్తులో రాబోయే భారీ స్ట్రోక్ కు ముందస్తు హెచ్చరిక సంతేతంగా పనిచేస్తుందని ప్రముఖ న్యూరాలజిస్ట్ డాక్టర్ సుధీర్ కుమార్ హెచ్చరించారు. మాట తడబడటం, ముఖంలో వచ్చే దెబ్బలు, కంటిచూపు మందగించడం, చేయి-కాలు బలహీనత, తలతిరగడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే జాగ్రత్త తీసుకోవాలి.

ఈ లక్షణాలు కేవలం నిమిషాలు లేదా గంటల్లో తగ్గిపోయినా, వాటిని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. ఎందుకంటే, మనీ స్ట్రోక్ జరిగినవారిలో 80% మందికి 90 రోజుల్లో మేజర్ స్ట్రోక్ రావచ్చు. వెంటనే వైద్యుడిని కలిసి CT స్కాన్, MRI, రక్తపరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా ప్రమాదాన్ని నివారించవచ్చు. డాక్టర్ సుధీర్ కుమార్ ప్రకారం, రక్తపోటు, డయాబెటిస్, ధూమపానం, అధిక కొలెస్ట్రాల్ వంటి కారణాలు మనీ స్ట్రోక్ కు దారితీస్తాయి.

ప్రతిరోజూ ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం, వ్యాయామం, రక్తపోటు తనిఖీలు చేయడం ద్వారా ఈ ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చు. ముఖ్యంగా 40 ఏళ్ల మీదున్నవారు, గుర్తుంచుకోవాలి: FAST ఫార్ములా – Face (ముఖ దెబ్బ), Arm (చేయి బలహీనత), Speech (మాట తడబడటం), Time (వెంటనే హాస్పిటల్). ఈ సంతేతాలను గుర్తించి చర్య తీసుకుంటే జీవితాలు కాపాడవచ్చు. వైద్యులు ప్రజలకు జాగ్రత్తలు తెలియజేస్తూ.. మనీ స్ట్రోక్ ను 'మెదడు ఇచ్చే హెచ్చరిక'గా పిలుస్తున్నారు.

మరిన్ని కథనాలు:

ధీల్లీలో దట్టమైన పొగమంచు.. విమానాల రాకపోకలకు అంతరాయం

