

## बहुत महत्वपूर्ण सूचनाएं

१) स्ट्रोक के परिणाम : अगर मौत न हो तो अमूमन लकवा , बोलने की शक्ति कम या खतम होना और डिप्रेसन। यह बाकी जिन्दगी तक साथ रह सकते हैं, इलाज के बावजूद।

२) क्या स्ट्रोक से बचा जा सका है ? : सही रहने, खान पान और व्यायाम से स्ट्रोक की सम्भावना काफी हद तक कम करी जा सकती है।

३) वक़्त की कीमत : यदि स्ट्रोक के होते ही मरीज़ का २-३ घंटे के बीच सही उपचार शुरू हो जाए तो स्ट्रोक के परिणाम कम हो सकते हैं।

**इसलिए ज़रूरी है की हम सब को स्ट्रोक के बारे में और उसके शुरूआती लक्षणों के बारे में जानकारी हो। हालाँकि तक़रीबन हर दो सेकंड में किसी व्यक्ति को स्ट्रोक होता है , फिर भी भारत में स्ट्रोक के लिए सार्वजनिक जागरूकता के साथ-साथ उसके निवारण के लिए कार्यक्रमों की बहुत कमी है।**

हमने भारत को अधिक स्ट्रोक अवगत कराने और स्ट्रोक कम करने के कार्यक्रमों के अधिक आयोजन के लिए एक याचिका पर हस्ताक्षर किए हैं। आप भी अधिक पढ़ सकते हैं और याचिका पर हस्ताक्षर कर सकते हैं:

<http://chnq.it/pfNcg7nc>

आपके समर्थन से बहुत मदद मिलेगी। कृपया इस संदेश को अपने सभी सोशल मीडिया चैनलों और कहीं और भी साझा करें जहाँ आप कर सकते हैं। यह एक बड़ी मदद होगी! बहुत बहुत धन्यवाद !

**नोट :** आह्वान सभी भारतीय स्ट्रोक पीड़ितों, देखभाल करने वालों , फिजियोथेरेपिस्ट, डॉक्टर्स इत्यादि का : ज्ञान साझा करने, सहायता और प्रोत्साहन के लिए मुफ्त गैर-वाणिज्यिक व्हाट्सएप ग्रुप से जुड़ें:

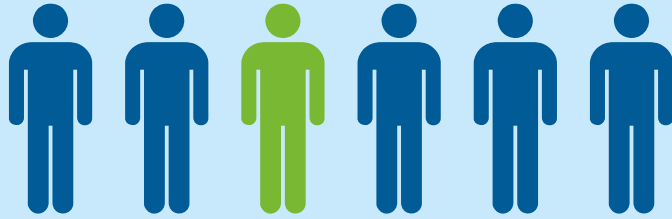
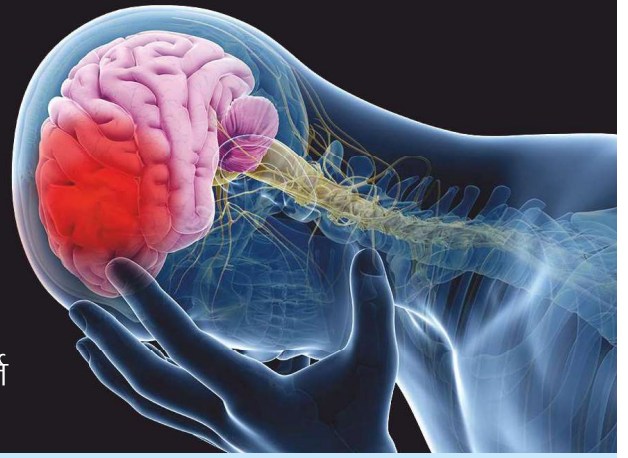
<https://strokesupport.in/r/wap>

अगर आप स्ट्रोक के बारे में और जानना चाहते हैं तो हमारी वेबसाइट है :

<https://strokesupport.in>

# स्ट्रोक के बारे में आप कितना जानते हैं?

स्ट्रोक तब होता है जब मस्तिष्क के एक भाग को रक्त की आपूर्ति अचानक रुक जाती है।



विश्व भर में 6 में से 1 व्यक्ति को उसके जीवन काल में स्ट्रोक होता है।

## स्ट्रोक को पहचानें, **ACT F.A.S.T**<sup>1</sup>



**FACE.**

चेहरे का लटकना



**ARM.**

हाथों में कमजोरी



**SPEECH.**

बोलने में कठिनाई



**TIME**

अस्पताल की ओर तेजी से जाने का समय

समय मस्तिष्क है, हर पल महत्वपूर्ण है

स्ट्रोक का  
उपचार संभव है।<sup>2</sup>



**टिशू प्लासमिनोजेन एक्टिवेटर**

स्ट्रोक होने के 4.5 घंटे के भीतर, थक्के को समाप्त करने में मदद करने के लिए एक नस के माध्यम से एक दवा दी जा सकती है।

**मैकेनिकल थ्रॉम्बेक्टोमी**

एक इलाज जिसमें स्ट्रोक लक्षणों के पता लगने के 24 घंटे में मस्तिष्क में धमनी से थक्के को हटाने और रक्त बहाव बहाल करने के लिए एक छोटे से उपकरण का प्रयोग किया जाता है।<sup>3,4</sup>

**80%**  
स्ट्रोक  
रोके जा सकते हैं।<sup>1</sup>

**नियंत्रण योग्य कारक  
यह हैं**

- उच्च रक्त चाप
- दिल की अन्य बीमारियाँ
- धूम्रपान

- मधुमेह
- उच्च रक्त कोलेस्ट्रॉल
- कैरोटिड या अन्य धमनी सम्बंधित बीमारियाँ
- गैर पौष्टिक आहार

- आस पास की धमनी सम्बंधित बीमारियाँ
- शारीरिक श्रम की कमी और मोटापा
- एट्रियल फिब्रिलेशन

सन्दर्भ  
1.<http://www.strokeassociation.org/STROKEORG> 2.<http://www.worldstrokecampaign.org> 3.<http://stroke.ahajournals.org/content> 4.<https://www.ncbi.nlm.nih.gov>

अस्वीकरण: ब्रोशर में दी गई कोई भी और सभी जानकारी सामान्य अवलोकन और शैक्षणिक उद्देश्य के लिए है। इस ब्रोशर के प्राप्तकर्ता द्वारा ब्रोशर में निहित जानकारी के आधार पर कोई भी निर्णय लेना या कार्य करना अथवा न करना विशुद्ध रूप से उनके अपने जोखिम और विवेक पर होगा और उन्हें पेशेवर सलाह लेने की सलाह दी जाती है।