

BE FAST WHEN STROKE HAPPENS !

B

ਸੰਤੁਲਨ

ਸੰਤੁਲਨ ਖੋਣਾ ,
ਸਿਰਦਰਦ, ਚੱਕਰ ਆਣਾ



E

ਨਜ਼ਰ

ਇਕ ਆ ਦੋਨੋਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ
ਅਚਾਨਕ ਨਜ਼ਰ ਖੋਣਾ



F

ਚਿਹਰਾ

ਚੇਹਰਾ ਟੇਢਾ ਹੋਣਾ



A

ਬਾਂਹ

ਇਕ ਬਾਂਹ ਯਾ ਲੱਤ
ਵਿਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ



S

ਬੋਲਣਾ

ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਤਕਲੀਫ



T

ਸਮਾਂ

ਜਲਦੀ ਹੌਸਪੀਟਲ
ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ



ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਜਾਣਕਾਰੀ !

ਸਟ੍ਰੋਕ = ਅਪੰਗਤਾ (ਲਕਵਾ) ਜਾਂ ਮੌਤ! !

1) **ਸਟ੍ਰੋਕ ਕਿਸ ਨੂੰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ?** : ਹਾਲਾਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਤੰਬਾਕੂਨੋਸ਼ੀ, ਮੋਟਾਪਾ ਆਦਿ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਕਿਸੀ ਵੀ ਸਮੇਂ !

2) **ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੇ ਲੱਛਣ** : ਅਚਾਨਕ ਅਤੇ ਅਕਾਰਣ ਸੰਤੁਲਨ ਗੁਆਉਣਾ, ਬੋਲਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਇਕ ਬਾਂਹ ਜਾਂ ਲੱਤ ਵਿਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਇਕ ਪਾਸੇ ਦਾ ਚਿਹਰਾ ਝੁਕਨਾ, ਕਮਜ਼ੋਰ ਨਜ਼ਰ - ਪੂਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਲਈ ਵੇਖੋ:

<https://strokesupport.in/be-fast/>

ਇਹ ਲੱਛਣ ਥੋੜੇ ਵਕਤ ਦੇ ਬਾਅਦ ਜਾ ਵੀ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਟ੍ਰੋਕ ਦਾ ਜੋਖਮ ਟਲਯਾ ਨਹੀਂ ਹੈ !

3) **ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੇ ਨਤੀਜੇ** : ਜੇ ਮੌਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਤਾਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਲਕਵਾ, ਬੋਲਣ ਦੀ ਸਮਸਿਆ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ। ਇਹ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਨੇ, ਇਲਾਜ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ।

4) **ਸਟ੍ਰੋਕ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ?** : ਸਹੀ ਆਦਤਾਂ, ਖੁਰਾਕ ਅਤੇ ਹਲਕੀ ਕਸਰਤ ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਘਟਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

5) **ਸਮੇਂ ਦੀ ਕੀਮਤ** : ਜੇ ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੇ 2-3 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਸਟ੍ਰੋਕ ਦੇ ਬੁਰੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸੱਦਾ: ਸਾਰੇ ਭਾਰਤੀ ਸਟ੍ਰੋਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਫਿਜ਼ੀਓਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਡਾਕਟਰ ਆਦਿ ਗਿਆਨ, ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਤਸਾਹਨ ਲਈ ਮੁਫਤ ਵਟਸਐਪ ਸਮੂਹ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ :

1) ਫਾਰਮ ਭਰਨ :

<https://strokesupport.in/contact/> ਯਾ

2) ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਇਸ ਲਿੰਕ ਨੂੰ ਕਲਿਕ ਕਰਨ :

<https://strokesupport.in/r/meet> ਯਾ

3) ਮੋਬਾਈਲ ਤੇ ਇਸ QR Code ਨੂੰ ਸਕੈਨ ਕਰਨ .

ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ.



<https://strokesupport.in>

ਸਟ੍ਰੋਕ ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਵਧਾਉਣਾ ਅਤੇ ਸਟ੍ਰੋਕ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ !

ਸਟ੍ਰੋਕ ਸਪੋਰਟ ਇੰਡੀਆ
ਉੱਮੀਦ
ਦੱਦੀ ਹੋਈ !

TM