

Ljubljana, 7. maj 2020

Izjava za javnost

EVROPSKI DAN OSVEŠČANJA O MOŽGANSKI KAPI, 12. MAJ 2020

Možganska kap je po celem svetu najpogostejša nevrološka bolezen. Samo v Sloveniji jo letno doživi več kot 4.000 ljudi. Smrtnost je visoka, izredno velika pa je tudi invalidnost, ki jo povzroča, saj mnogi utrpijo tudi hude posledice, kar njim in njihovim svojcem bistveno spremeni kvaliteto življenja. Evropski dan osveščanja o možganski kapi vsako leto obeležujemo na drugi torek v mesecu maju. Tokrat je to 12. maj.

Prim. Matija Cevc, dr. med, predsednik Društva za zdravje srca in ožilja Slovenije:

Letos smo na Društvu za zdravje srca in ožilja Slovenije morali vse načrtovane javne aktivnosti, ki zahtevajo druženje oz. tesnejši stik z ljudmi, odpovedati zaradi epidemije virusa COVID 19. Pripravili pa smo nove dejavnosti ozaveščanja, med katerimi je tudi elektronska novinarska konferenca. Ob tem pa je prav, da pomislimo tudi na prihodnost. Dejstvo je, da smo že doslej, in bomo tudi v prihodnje, živeli v okolju, v katerem se stalno pojavljajo virusne okužbe, ki smo jih doslej obravnavali zelo površno. Tokratna okužba pa je pokazala, da vročinskih stanj, prehladov ipd. ne smemo obravnavati kot nepomembna epizoda. Če dobimo vročino, ali prehladno obolenje moramo, zaradi varnosti drugih, ustrezno ukrepati – ostati doma in se izogibati kontaktov. Zavedati se je treba, da so lahko prekomerni ukrepi tudi kontraproduktivni – skratka, vedno je potrebno sprejeti ukrepe, ki so sorazmerni preteči nevarnosti in ne pretirani. Zlasti pa je potrebno preprečiti, da bi prišlo do prestrašenosti prebivalstva saj to vodi v pretiravanja in povzroča nepotrebno škodo.

Najpomembnejša preventiva pred nastankom možganske kapi je zdrav način življenja, ki naj se začne čim bolj zgodaj v življenju posameznika. Tudi v času epidemije korona virusa COVID 19, se kaže kot zelo pomemben dejavnik, ki krepi odpornost našega organizma, da se uspešneje zoperstavi virusu in njegovemu učinku na telo: ne kaditi, znati se moramo sproščati in omiliti stres, vzdrževati ustrezno telesno težo, vsak dan se vsaj 30 minut gibati, jesti več sadja in zelenjave, omejiti vnos soli, maščob in sladkorja. Zelo pomembne so redne kontrole dejavnikov tveganja, npr. kontrolirati krvni tlak, krvne maščobe in krvni sladkor ter srčni utrip. Ukrepati je treba hitro in pravilno. Ne smemo čakati, da bodo pomagali drugi. Verjetnost, da se bomo znašli v bližini obolelega je razmeroma velika, saj se večina možganskih kapi zgodi v domačem okolju. Zato se ne ustrašimo, ampak ukrepajmo. Uspešnost zdravljenja je odvisna predvsem od hitrosti prevoza bolnika v najbližji zdravstveni center.

Najbolj preprosto in zanesljivo prepoznamo znake kapi s pomočjo besede GROM:

G – govor (prizadet govor)

R - roka (delna ali popolna ohromelost ene roke)

O – obraz (povešen ustni kot – asimetrija obraza)

M – minuta (takoj pokliči 112)

Več ljudi bo znalo prepoznati znake možganske kapi in pravilno ukrepati, milejše bodo posledice za obolele. K temu bodo zagotovo pripomogle tudi delavnice o možganski kapi, za dijake na slovenskih srednjih šolah. Tudi tu pozivamo šole, da se obrnejo na Društvo za zdravje srca in ožilja, ko bodo želele, da izvedemo delavnico tudi pri njih, za njihove dijake.

Igor Rigler, dr. med., specialist nevrolog, vodja Službe za urgentno nevrologijo in Klinični oddelek za vaskularno in intenzivno nevrološko terapijo Nevrološke klinike, UKC Ljubljana:

V zadnjih 20. letih so se na področju zdravljenja ishemične možganske kapi zgodile izjemne spremembe. V 90. letih prejšnjega stoletja se je množično pričela uvajati intravenska tromboliza, s katero smo lahko raztopili določene strdke, ne pa vseh. Uspešni smo bili predvsem pri manjših, večje pa večinoma nismo uspeli raztopiti, zaradi česar so nekateri pacienti ostali trajno nevrološko prizadeti. Od leta 2010 v Sloveniji za odstranjevanje večjih strdkov uporabljamo mehanično revaskularizacijo, ki je bistveno povečala učinkovitost zdravljenja. Invalidnost bolnikov se je od takrat zmanjšala, padla je tudi umrljivost, nekateri odidejo iz bolnišnice povsem ozdravljeni. Glavni dejavnik, ki vpliva na učinkovitost zdravljenja, je čas, kako hitro pacienti z možgansko kapjo pridejo do nevrologa, zato je pomembno, da laična in zdravniška javnost uspe prepoznati znake možganske kapi in da se ustrezno ukrepa čim hitreje.

Z namenom čim večje izobraženosti laične javnosti glede možganske kapi poteka projekt ozaveščanja vseh generacij, s posebnim poudarkom na mladih. V okviru tega projekta s predavanji in plakati podajamo osnovne informacije o možganski kapi in načinu ukrepanja, ko se ta zgodi, kar je dosegljivo na spletni strani: <https://www.grominute.si/>.

**Izr. prof. dr. Janja Pretnar Oblak, dr. med., UKC Ljubljana, Nevrološka klinika:
Nevrološka prizadetost pri bolniku s COVID 19**

Virus SARS-CoV-2 prvenstveno povzroča akutne respiratorne težave, ob tem pa se pri približno tretjini bolnikov pojavi tudi nevrološka prizadetost in sicer predvsem glavobol, motnje zavesti in parestezije. Pri bolnikih s COVID 19 je bolj pogosta tudi možganska kap.

Mehanizmov preko katerih vpliva SARS-CoV-2 na delovanje živčevja je več. Prisotnost virusa so dokazali v možganskem likvorju, kar kaže da gre lahko za **direktno** infekcijo osrednjega živčevja, virus pa lahko tudi **indirektno** okvari živčevje preko številnih mehanizmov (hipoksija, prekomerni sistemski imunski odziv, povišanje krvnega tlaka, okvara hematoencefalne bariere in drugi mehanizmi). Bolezni **osrednjega živčevja** povezane s SARS-CoV-2 infekcijo so poleg akutnega virusnega encefalitisa in infekcijske toksične encefalopatije lahko tudi možganskožilne bolezni. Prizadeto je lahko tudi **periferno živčevje**.

Nedavno objavljena študija iz Wuhana na 217 hospitaliziranih bolnikih s COVID 19 je pokazala, da je imelo **36% bolnikov nevrološko simptomatiko**; pri 24% so opisali prizadetost osrednjega živčevja, pri 9% prizadetost perifernega živčevja in in pri 11% prizadetost skeletnih mišic. Nevrološka simptomatika se je pojavljala bistveno **pogosteje pri bolnikih s huje izraženo klinično sliko** (46%), ki so bili tudi starejši in polimorbidni. Večinoma se je nevrološka simptomatika pojavila v povprečju **1-2 dni po začetku bolezni**, možganska kap in motnja zavesti pa z nekaj dni zamude.

Virus SARS-CoV-2 torej lahko prizadene živčevje, kar je deloma posledica direktnega delovanja virusa, delno pa je nevrološka oškodovanost posledica indirektnih mehanizmov, med drugim gostiteljevega imunskega odziva. Pri bolnikih je potrebno zgodnje ugotavljanje nevroloških simptomov in usmerjena diagnostika za čim prejšnje ukrepanje.

Več informacij:

Prim. Matija Cevc, dr. med.: matija.cevc@kclj.si, 041/774-133

Igor Rigler, dr. med.: igor.rigler@kclj.si

izr. prof. dr. Janja Pretnar Oblak, dr. med.: janja.pretnar@kclj.si; 041 514 661