



Sözcü YAZARLAR GÜNDEM SİYASET HAYAT DÜNYA EKONOMİ DİĞER

İnmeden korunmanın yolları

İnmenin önlenabilir ve tedavi edilebilir bir hastalık olduğunun vurgulandığı 10 Mayıs İnme Farkındalık gününde Türk Nöroloji Derneği İnme Grubu Moderatörü Prof. Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu önemli bilgiler verdi.

© 17:21 9 Mayıs 2018 Haberler | Sağlık



10 Mayıs İnme Farkındalık günü kapsamında bilgiler veren Türk Nöroloji Derneği İnme Grubu Moderatörü Prof. Dr. Mehmet Akif, inmeyi önlemek adına alınabilecek önlemlerden bahsetti.

İNME ÖNLENEBİLİR VE TEDAVİ EDİLEBİLİR BİR HASTALIK

SIRADAKİ HABER



POSTA SON DAKİKA GÜNDEM MAGAZİN 3.SAYFA YAŞAM EKONOMİ SPOR KADIN VIDEO

Haberler > Sağlık > İnme önlenabilir ve tedavi edilebilir bir hastalık (10 Mayıs İnme Farkındalık Günü)

İnme önlenabilir ve tedavi edilebilir bir hastalık (10 Mayıs İnme Farkındalık Günü)

Türk Nöroloji Derneği İnme Grubu Moderatörü Prof.Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu inmenin, önlenabilir ve tedavi edilebilir bir hastalık olduğunu belirterek inme geçirmemek için sağlıklı beslenmek, kullanılan yağ ve tuz miktarını azaltmak, meyve ve sebze miktarını artırmak, kilo almamak, düzenli egzersiz yapmak ve stresten korunmak gerektiğine işaret etti

10 Mayıs 2018, Perşembe 12:34



İnme Önlenebilir Bir Hastalık

10 Mayıs İnme Farkındalık Günü kapsamında **Türk Nöroloji Derneği** İnme Grubu Moderatörü Prof. Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu açıklamalarda bulundu: "İnme önlenebilir bir hastalık, bunun için öncelikle sayılarımızı bilmeliyiz. Sadece boy ve kilo değil kan basıncımızı, kolesterol ve kan şekereğimizi de öğrenmeli ve takip etmeliyiz. Orta yaştan başlayarak düzenli aralıklarla sağlık kuruluşlarına damar sağlığı kontrolü için gitmeliyiz. Bu sadece inmeden değil kalp hastalıkları başta olmak üzere her türlü damar hastalığına karşı koruyacaktır. İnme geçirmemek için sağlıklı beslenmeli, kullandığımız yağ ve tuz miktarını azaltmalı, meyve ve sebze miktarını ise artırmalıyız. Kilo almamalı, düzenli egzersiz yapmalı ve kendimizi stresten korunmalıyız. Sigara içmemeli ve içirmemeliyiz. Alkolü ise hiç kullanmamalıyız. İnmeden şüphe edersek hemen 112'yi aramamız gerekir. Ambulans, sizi inmenin tedavi edilebileceği en yakın ve en uygun hastaneye götürecektir. Damar tıkanmasını yapan pıhtının hem damardan verilen ilaçla eritilmesi hem de anjiyo ile doğrudan girilerek çıkarılması mümkündür; fakat damardan verilen tedavi ilk 4,5 saat içinde, anjiyo tedavisi ise ilk 6 saatte başlanırsa faydalı olabilmektedir.

O nedenle yüzde çarpılma, kol ve bacakta güçsüzlük, konuşmada bozulma, çift görme ve / veya ani bilinç bozukluğu gelişirse asla düzelmesi beklenmemeli ve hemen harekete geçilmelidir.*



Sağlık

Yerel Haberler · İstanbul Son Dakika Haberleri

09.05.2018 - 12:21

"İnme, önlenebilir ve tedavi edilebilir bir hastalık"

"İnme, önlenebilir ve tedavi edilebilir bir hastalık" - Türk Nöroloji Derneği İnme Grubu Moderatörü Prof.

f paylaş t tweete G+ paylaş WhatsApp paylaş A A

Dr. Topçuoğlu: - "İnme geçirmemek için sağlıklı beslenmeli, kullandığımız yağ ve tuz miktarını azaltmalı, meyve ve sebze miktarını ise artırmalıyız. Kilo almamalı, düzenli egzersiz yapmalı ve kendimizi stresten korunmalıyız" - "İnme önlenebilir ve tedavi edilebilir bir hastalıktır. Damardan verilen tedavi ilk 4,5 saat içinde; anjiyo tedavisi ise ilk 6 saatte başlanırsa faydalı olabilmektedir. O nedenle yüzde çarpılma, kol ve bacakta güçsüzlük, konuşmada bozulma, çift görme ve/veya ani bilinç bozukluğu gelişirse asla düzelmesi beklenmemeli ve hemen harekete geçilmeli, 112 aranmalı"

İSTANBUL (AA) - Türk Nöroloji Derneği İnme Grubu Moderatörü Prof. Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu, inmenin, önlenebilir ve tedavi edilebilir bir hastalık olduğunu belirterek, inme geçirmemek için sağlıklı beslenmek, kullanılan yağ ve tuz miktarını azaltmak, meyve ve sebze miktarını artırmak, kilo almamak, düzenli egzersiz yapmak ve stresten korunmak gerektiğine işaret etti.

Topçuoğlu, "10 Mayıs İnme Farkındalık Günü" kapsamında yaptığı açıklamada, inmenin, yaşlı nüfusun giderek yükseldiği Türkiye'de oldukça sık görülen bir hastalık

İstanbul

Salı

26 Haziran 2018

Rüzgar 18,5 km/h



27°

Aralıklı Bulutlar

↓ 20° ↑ 27°

[Diğer İstanbul Günleri için Tıklayın >](#)

Reklam Google tarafından kapatıldı

[Bu reklamı gösterme](#)

[Neden bu reklam? ⓘ](#)



Zaman Beyindir

Ülkemizde, 2016 yılında yaklaşık 40 bin kişi inmeden öldü, 100 bin'den fazla tıkanma ve 40 bin'den fazla beyin kanaması tedavi edildi. Bu sayılara göre her 14 dakika bir kişi inme nedeniyle hayatını kaybediyor.

Türk Nöroloji Derneği İnme Grubu Moderatörü Prof. Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu her 14 dakikada bir kişinin inme nedeniyle hayatını kaybettiğini ancak inmenin önenebilir ve tedavi edilebilir bir hastalık olduğunu belirtti.

İnme önenebilir

İnme yaşı nüfusun giderek arttığı ülkemizde oldukça sık görülen bir hastalık ve maalesef sıklığı da giderek artıyor. İnme beyin damarlarının tıkanması veya kanaması sonucu gelişiyor. Ancak, hastaların çoğunda nedeni "ani tıkanma"dan kaynaklanıyor. Ülkemizde, 2016 yılında yaklaşık 40 bin kişi inmeden öldü, 100 bin'den fazla tıkanma ve 40 bin'den fazla beyin kanaması tedavi edildi. Bu sayılara göre her 14 dakika birimiz inme sebebiyle ölmüş oluyor. Bunun on katı da beyin damar hastalıklarına bağlı olarak yürüme ve konuşma yetisini kaybetti, yiyemiyor, içemiyor, mesleğini ve işini yapamıyor, bakıma muhtaç kalıyor.

Prof. Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu, inmenin önenebilir bir hastalık olduğunu altını çizerek, "Bunun için öncelikle sayılarımızı bilmeliyiz. Sadece boy ve kilo değil kan basıncımızı, kolesterol ve kan şekerimizi de öğrenmeli ve takip etmeliyiz. Orta yaşta başlayarak düzenli aralıklarla sağlık kuruluşlarına damar sağlığı kontrolü için gitmeliyiz. Bu sadece inmeden değil kalp hastalıkları başta olmak üzere her türlü damar hastalığına karşı koruyacaktır. İnme geçirmek



için sağlıklı beslenmeli, kullandığımız yağ ve tuz miktarını azaltmalı, meyve ve sebze miktarını ise artırmalıyız. Kilo almamalı, düzenli egzersiz yapmalı ve kendimizi stresten korunmalıyız. Sigara içmemeli ve içmemeliyiz. Alkolü ise hiç kullanmamalıyız" dedi.

İnme tedavi edilebilir

Prof. Topçuoğlu, inmeden şüphelenildiği durumda ise 'inmenin tedavi edilebilir' olduğunun unutulmaması gerektiğini belirterek, şu bilgileri aktardı: "İnmeden şüphe edersek hemen 112'yi aramamız gerekir. Ambülans, sizi inmenin tedavi edilebileceği en yakın ve en uygun hastaneye götürecektir. Damar tıkanmasını yapan pıhtının hem damardan verilen ilaçla eritilmesi hem de anjio ile doğrudan girilerek çıkarılması mümkündür. Fakat damardan verilen tedavi ilk 4,5 saat içinde; anjio tedavisi ise ilk 6 saatte başlanırsa faydalı olabilmekte-

dir. O nedenle yüzde çarpılma, kol ve bacadaki güçsüzlük, konuşmada bozulma, çift görme ve/veya ani bilinç bozukluğu gelişirse asla düzelmesi beklenmemeli ve hemen harekete geçilmelidir, yani 112 aranmalıdır. İnmede etkin tedavi olabilmek için belirtilerin ne olduğu ve ne yapılması gerektiğinin öğrenilmesi gerekir. İnme her hastanede tedavi edilmez. Vakit kaybetmemek şarttır. 'Zaman beyindir' sözü hep akılda olmalıdır.

İnmeden korunma, acil dönem ve sonrasında tedavi ve destek bir hakttır. Bizler bu amaçla inme sıklığını düşürmek ve inmeyi ülkenin her köşesinde tedavi edilebilir hale getirmek için çalışıyoruz. Halkımızın farkındalığının artırılması, inme tedavi eden hastane ve merkezlerinin artırılıp geliştirilmesi ve etkin bir sisteme bağlanması bu noktada biz Türk nörologlarının hedefidir."