

2016'DA HER 14 DAKİKADA BİR KİŞİ İNME NEDENİYLE HAYATINI KAYBETTİ

# İlk 4.5 saat kurtarıyor

İnmenin (felç) ülkemizde görülme sıklığı giderek artıyor. 2016 yılında her 14 dakikada bir kişiyi inme nedeni ile yaşamını yitirdi. Türk Nöroloji Derneği'nden uzmanlar, ülkemizde geçen yıl 38 bin 395 kişinin inme nedeniyle hayatını kaybettiğini, bu sayının en az 5 katının ise felç olduğunu vurgulayarak, "İnmeden korunmak için sağlıklı beslenmeli, yiyeceklerdeki yağ ve tuz miktarını kontrol etmeli, düzenli egzersiz yapılmalı, sigara, alkol ve stresten uzak durulmalı" dediler.

## İkinci en sık ölüm nedeni

Türk Nöroloji Derneği, 22 Temmuz Dünya Beyin Günü'nün 2017 yılı global gündemi olan "inme"ye dikkat çekti. Dernek Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, inmenin beyin damarlarının tıkanması veya kanaması sonucu geliştiğini belirterek "Hastaların çoğunda inme nedeni ani tıkanma. TÜİK'in 2017'de yaptığı, bir önceki yılın verilerini içeren açıklamasında; önceki yıllarda olduğu gibi koroner kalp hastalıklarını takiben inmenin ikinci en sık ölüm nedeni olduğunu bildirdi" dedi. Ülkemizde her 14 dakikada bir kişinin inme nedeniyle yaşamını yitirdiğini anımsatan Öztürk "Bu sayının en az beş katı ise felç oldu, bakıma muhtaç" diye konuştu.

## BESLENME İNMEDE DE ÖNEMLİ

Türk Nöroloji Derneği Beyin Damar Hastalıkları Moderatörü Prof. Dr. Mehmet Akif Topçuoğlu da inmenin önlenilebileceğini söyledi ve şöyle devam etti: "İnmeden korunmak için sağlıklı beslenmeli, yiyeceklerimizdeki yağ ve tuz miktarını kontrol etmeli, meyve sebzeğe ağırlık vermeli, fazla kilo almamalı, düzenli egzersiz yapmalı ve stresten korunmalıyız. Sigaradan uzak durmalı, hiç içmemeli, yanımızda içirmemeli ve içiyorsak derhal bırakmalıyız. Alkolü de aynı şekilde hiç kullanmamalıyız. 40'lı yaşlardan başlayarak düzenli aralıklarla hipertansiyon, şeker hastalığı, kolesterol yüksekliği ve kalp hastalığı açısından sağlık kuruluşlarında kontrolden geçmeliyiz. Tedaviye ne kadar erken başlanırsa o kadar etkin olmaktadır. Beyin damarı tıkanığında tıkanmayı yapan pıhtının hem damardan verilen ilaç olan tPA ile 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 olumlu etki yapabilmektedir."

## VAKİT KAYBETMEYİN

Prof. Dr. Topçuoğlu inmenin belirtilerini ve tedavide zamanın önemini şöyle anlattı: "Yüzde çarpılma, kol ve bacakta güçsüzlük, konuşmada bozulma, çift görme ve/veya ani bilinç bozukluğu olursa düzelmesini beklemeyin yani derhal harekete geçilmelidir. İnme her hastanede tedavi edilmez. Vakıt kaybetmemek şarttır. 'Zaman beyindir' sözü hiçbir zaman unutulmamalıdır. • İSTANBU

