
Ιατρικό άρθρο: **Εγκεφαλικό επεισόδιο "Τα 3 βήματα S.T.R."**

Θα χρειαστείτε μόνο 1 λεπτό να διαβάσετε το παρακάτω.

Ένας νευρολόγος είπε ότι εάν του φέρουν ένα θύμα εγκεφαλικού μέσα σε 3 ώρες μπορεί να αντιμετωπίσει τις επιδράσεις ενός εγκεφαλικού ολοκληρωτικά.

Σε ένα μπάρμπεκιου μία γυναίκα σκόνταψε και έπεσε κάτω. Βεβαίωσε όλους ότι ήταν εντάξει (προσφέρθηκαν να καλέσουν ασθενοφόρο) και ότι απλά σκόνταψε σε κάποιο τούβλο εξαιτίας των καινούριων της παπουτσιών.

Αφού ανασκουμπώθηκε της έδωσαν ένα άλλο πιάτο με φαγητό. Παρά το γεγονός ότι η Ingrid φαινόταν λίγο ταραγμένη, συνέχισε να απολαμβάνει το υπόλοιπο της βραδιάς.

Λίγο αργότερα ο σύζυγος της Ingrid τηλεφώνησε να ειδοποιήσει όλους ότι είχε πάει τη σύζυγό του στο νοσοκομείο (η Ingrid πέθανε στις 6 τα ξημερώματα).

Είχε υποστεί εγκεφαλικό στο μπάρμπεκιου και δεν στάθηκε δυνατό από κανέναν να το αντιληφθεί.

Αν κάποιος είχε καταλάβει τα συμπτώματα ότι επρόκειτο για εγκεφαλικό ίσως η Ingrid να ήταν μαζί μας σήμερα.

Αναγνωρίζοντας ένα εγκεφαλικό (Τα 3 βήματα S.T.R.)

Οι γιατροί λένε τώρα ότι οποιοσδήποτε, χωρίς ιατρική εκπαίδευση, μπορεί να αναγνωρίσει ένα εγκεφαλικό, ρωτώντας τον / την να κάνει τις 3 ακόλουθες απλές ενέργειες:

1. **Ζητήστε από το άτομο να χαμογελάσει. S (smile).**
2. **Ζητήστε του να σηκώσει τα χέρια του. R (raise).**
3. **Ζητήστε από το άτομο να μιλήσει λέγοντας μία απλή φράση, (π.χ. "Είναι μία ηλιόλουστη μέρα σήμερα"). T (talk).**

Οι γιατροί σημειώνουν ένα ακόμα «τεστ» που μπορείτε να κάνετε στο άτομο την στιγμή του εγκεφαλικού: **Ζητήστε του να βγάλει έξω την γλώσσα του.** Αν βγάλει τη γλώσσα έξω στραβά (αν πηγαίνει δηλαδή στην μία ή την άλλη πλευρά), αυτό αποτελεί μία ακόμα ένδειξη εγκεφαλικού επεισοδίου.

Εάν δεν μπορεί να κάνει οποιαδήποτε από τις 4 αυτές ενέργειες, καλέστε το 166 ή 112 αμέσως και περιγράψτε τα συμπτώματα.

Η άμεση διάγνωση και θεραπεία ενός εγκεφαλικού θα συντελέσει στην αποτροπή εγκεφαλικών βλαβών.

Αυτό το άρθρο μπορεί να γίνει δικό σου (για ιατρούς), αρκεί να σου αρέσει να γράφεις.

**Για περισσότερα επικοινωνή με μένα
στο email: ntinos_psilop@hotmail.com**