

Pracovní list „MISE FAST“

1. Uvědom si rozdíl mezi mrtvicí a přechodnou mrtvicí:

Propoj čarou správné názvy, obrázky a popis typu cévní mozkové příhody neboli mrtvice.



Přechodná mrtvice – Tranzitorní ischemická ataka (TIA)
 (krátkodobá nedokrevnost, zúžení průtoku)

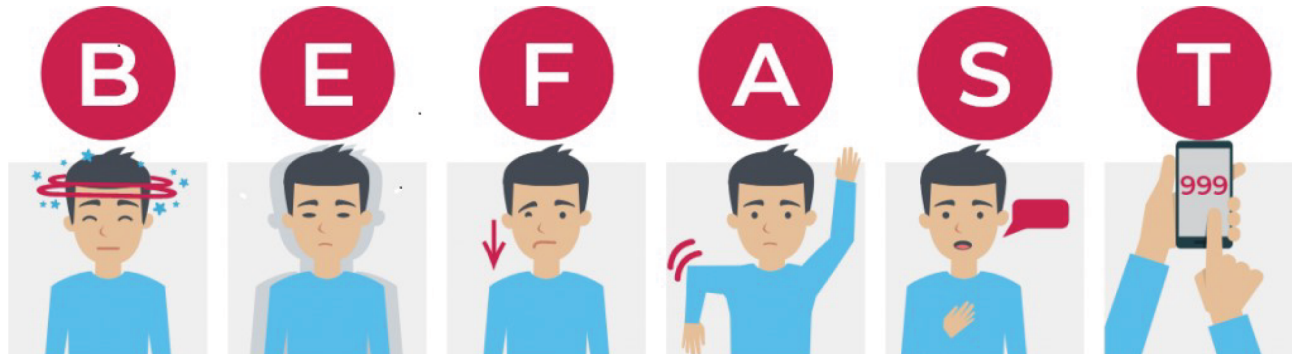


Hemoragická příhoda (CMP)
 (ruptura cévy, krvácení do mozku)



Ischemická příhoda (CMP)
 (nedokrevnost, zástava průtoku sraženinou)

2. Do závorky napiš písmeno správného obrázku:



Balance
Difficulties

Eyesight
Changes

Face
Weakness

Arm
Weakness

Speech
Difficulties

Time
to Call 999

ŘEČ
()

ČAS
()

RUKA
()

ZRAK
()

OBLIČEJ
()

PORUCHA ROVNOVÁHY
()

3. Jakou zkratku má cévní mozková příhoda?

Označ správnou zkratku:

- MPC CMP TIA

4. Označ, jaký typ mrtvice je MĚNĚ častý, a tedy vzácnější (postihuje nejméně lidí, asi 15 %):

- Ischemická příhoda (nedokrevnost, zástava průtoku sraženinou)
 Hemoragická příhoda (ruptura cévy, krvácení do mozku)

5. Vyhledej příznaky mrtvice.

Většina lidí prožívající mrtvici bude vykazovat nejméně dva nebo více běžných příznaků neboli symptomů.

Napiš 3 příznaky CMP:

1.
2.
3.

Bolest v kotníku	Pálení při močení	Zhoršení mluvení	Bolest za hrudní kostí
Slabost nebo brnění	Otok v krku	Zvýšená teplota	Silná, náhlá bolest hlavy, zhoršující se
Bolest bederní páteře	Závrať a ztráta rovnováhy	Otok kolene	Strnutí šije
Náhlé zhoršení zraku	Nadýmání	Jedna z paží klesá dolů	Zhoršení porozumění
Kašel	Nesouměrný úsměv	Náhlé obtíže s chůzí	Křeč v lýtku
Náhlé pomatení	Vyrážka na kůži	Rýma	Časté močení

6. Vyhledej rizikové faktory vzniku cévní mozkové příhody.

Mrtvice se neobjevuje pouze u starších osob. Stále více jsou touto nemocí postiženi i mladí lidé.

Napiš 3 rizikové faktory CMP, na prvním místě uveď ten nejvýznamnější:

1. **!**
2.
3.

Vysoký krevní tlak	Drogy	Pitný režim	Tučná a nezdravá strava
Konzumace zeleniny	Vysoký cholesterol	Omezení živočišných tuků	Srdeční onemocnění
Nedostatek pohybu	Tanec	Nadbytek soli v potravě	Posilovací cvičení
Kouření	Cukrovka – DM	Podceňování příznaků	Vysoký věk
Plavání	Genetické faktory	Konzumace ovoce	Antikoncepce u žen
Stres	Alkohol	Obezita	Pravidelné lékařské kontroly

7. Doplň, co budeš v případě cévní mozkové příhody na druhém pozorovat?

Úsměv:

Ruce:

Řeč:

Čas je nejdůležitějším ovlivnitelným faktorem.

Mozkové buňky jsou schopny bez kyslíku a živin přežít jen několik minut. Nejdůležitější je včasné rozpoznání příznaků cévní mozkové příhody, např. jednoduchou metodou FAST, kterou zvládne kdokoliv. Lékaři mají možnosti, jak CMP účinně léčit, avšak pacient musí být do nemocnice přivezen **ZZS** co nejdříve. Pokud má být léčba účinná, musí být zahájena co nejdříve od vzniku příznaků.

Děkujeme za vyplnění testu a věříme, že ses naučil/a, jak včas pomoci druhému!