

## Når du har apopleksi

Du er indlagt på Neurologisk Apopleksiafsnit med apopleksi.

Apopleksi skyldes i langt de fleste tilfælde en blodprop i hjernen. Der kan også være tale om en hjerneblødning, men sygdomstegnene er ofte de samme. Den del af hjernen, der rammes, får ikke nok blod og dermed ikke nok ilt og næringsstoffer. Det medfører, at hjernen mister sin evne til at fungere normalt, og der kommer sygdomstegn. Apopleksi rammer cirka 12.000 danskere hvert år.



### DET SKER VED APOPLEKSI

Patienter reagerer forskelligt på apopleksi, dette kan komme til udtryk på mange forskellige måder. Du vil som regel kunne opleve et eller nogen af følgende sygdomstegn:

- Lammelse af en arm eller et ben eller begge dele i den ene side af kroppen. Dette sygdomstegn kaldes parese/paralyse. Lammelsen kan også ramme ansigtet, synke- eller talemusklerne, således at synke- og talefunktionen bliver vanskelig.

- Problemer med at formulere sine tanker i tale eller problemer med at forstå tiltale eller begge dele. Dette sygdomstegn kaldes afasi.
- Problemer med at læse og færdes, fordi synsfeltet er blevet indskrænket.
- Ændret følesans, således at huden føles »død«, tung eller sovende.
- Øget muskelspænding i de lammede områder. Dette sygdomstegn kaldes spasticitet.
- Vanskelighed ved at planlægge og organisere et handlingsforløb, fx påklædning og madlavning. Dette sygdomstegn kaldes apraksi.
- Manglende erkendelse af den ene side af kroppen – oftest den venstre. Dette kan resultere i, at du ikke kan erkende, at der er en lammelse af dine arme og/eller ben. Dette sygdomstegn kaldes neglekt. Det er en følge af den skade, der er sket i hjernen, og ikke et udtryk for psykologisk fortrængning af sygdommen.
- Træthed kan forekomme, når man har fået apopleksi. Det er vigtigt at respektere denne træthed og indlægge hvilepauser i sit dagsprogram.
- Psykiske ændringer kan forekomme. Det er både almindeligt og naturligt at reagere følelsesmæssigt, når man er ramt af apopleksi. Du kan fx blive meget utålmodig og få lettere til gråd. Depression som følge af apopleksi kan også forekomme, så det er vigtigt, at du og dine pårørende er opmærksomme på, at du eventuelt skal søge behandling for dette.

De fire sidstnævnte sygdomstegn er »skjulte handicaps«, der ikke umiddelbart er synlige. De kan dog være lige så problematiske som de mere synlige sygdomstegn.

### DET KAN VI GØRE

#### Det kan du selv gøre

Der er en række faktorer, som du selv kan være med til at ændre for at undgå en ny apopleksi:

- Hold op med at ryge (sygehuset er røgfrit).

- Få kontrolleret dit blodtryk med regelmæssige mellemrum hos din læge.
- Spis sundt og grønt (følg de 8 kostråd fra Fødevarerstyrelsen).
- Dyrk motion.
- Drik alkohol med måde, det vil sige ikke over 3 genstande om dagen for mænd og ikke over 2 genstande om dagen for kvinder.
- Normaliser din vægt.

### Det kan lægen hjælpe med

Vi kan behandle en del af de faktorer, som udgør en risiko for, at du får en ny apopleksi:

- Vi kan starte behandling af risikofaktorerne med:
  - Kolesterolssænkende medicin
  - Regulering af blodsukker ved sukkersyge
  - Blodtrykssænkende medicin
- Ved betydelig forsnævring af en halspulsåre på grund af åreforkalkning kan denne fjernes ved en operation. Et indgreb, der væsentligt kan reducere risikoen for en ny apopleksi.
- Lider du af hjerterytmeforstyrrelse (atrieflimren), skal den behandles.

### Sådan hjælper afsnittets personale

Afsnittets læger og plejepersonale vil i samarbejde med dig sørge for, at du får den bedst mulige behandling og pleje.

Du og dine pårørende er altid velkomne til at spørge personalet om råd og vejledning. Der vil blive arrangeret samtale med en læge, hvor der blandt andet orienteres om undersøgelser, undersøgelsesresultater og behandling.

Hvis yderligere samtale ønskes, kan plejepersonalet hjælpe med at arrangere dette. Hvis lægen vurderer, at det vil være gavnligt for din behandling, vil du blive henvist til ergoterapeut, fysioterapeut, talepædagog og neuropsykolog. Har du særlige behov, har du mulighed for at få en samtale med afdelingens socialrådgiver og klinisk diætist.

## GENOPTRÆNING

### Genoptræning på afdelingen

Formålet med genoptræningen er at gøre dig i stand til selv at klare de fleste af hverdagens opgaver. Der kan være stor forskel på, hvordan apopleksi rammer, og i hvor høj grad det er muligt at genoptræne alle tabte evner. I fællesskab med dig finder vi ud af, hvilke mål der skal nås, og hvilken træning du vil få mest glæde af. Alle patienter, der har behov for genoptræning, får udarbejdet en plan for genoptræningen. Din træning sammen med ergoterapeut og fysioterapeut vil blive fulgt op af plejepersonalet på afdelingen. Det betyder, at din genoptræning sker i alle dagligdagens gøremål på afdelingen, fx når du vasker dig, klæder dig på, spiser, drikker og bevæger dig rundt på afdelingen. Det er meget vigtigt, at du selv gør en indsats og døgnet rundt bruger det, du lærer sammen med ergoterapeuten, fysioterapeuten og plejepersonalet.

Det er meget almindeligt at blive træt i forbindelse med apopleksi. Det er derfor vigtigt, at dine pårørende respekterer, at du kan have et større behov for hvile.

### Genoptræning når du kommer hjem

Den akutte behandling af apopleksi varetages i den første tid af Neurologisk Apopleksiafsnit på Aalborg Universitetshospital.

Hvis du har behov for længerevarende genoptræning, vil der blive udarbejdet en ambulant genoptræningsplan. Ved behov for genoptræning under indlæggelsen vil det foregå på nærmeste lokale sygehus eller Brønderslev Sygehus.

## KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål til behandling eller sygdom er du velkommen til at kontakte os.



### Kontakt

#### Apopleksiafsnittet

Tlf. 97 66 22 81

Vi træffes bedst

Mandag – fredag 10.00 – 14.00