

MAKANAN YANG DIHINDARI

1. Makanan berkolesterol tinggi



2. Garam berlebihan



3. Rokok



4. Alkohol



CARA MENCEGAH STROKE BERULANG

1. Kontrol tekanan darah agar tetap stabil
2. Kontrol gula darah dalam batas normal
3. Hindari kebiasaan yang dapat menjadi penyebab stroke (merokok & alkohol)
4. Kontrol kolestrol dalam batas normal
5. Mengontrol konsumsi garam

CARA MEMODIFIKASI LINGKUNGAN RUMAH

- a. Meningkatkan sosialisasi keluarga melalui kegiatan keluarga.
- b. Menghindari makanan yang dapat menyebabkan faktor pencetus terjadinya penyakit stroke.
- c. Bantu klien untuk mengurus dirinya sendiri.
- d. Menjaga agar tidak terjadi cedera yang dapat memperburuk penyakit pasien.
- e. Berkonsultasi ke pelayanan kesehatan terdekat secara teratur.

STROKE



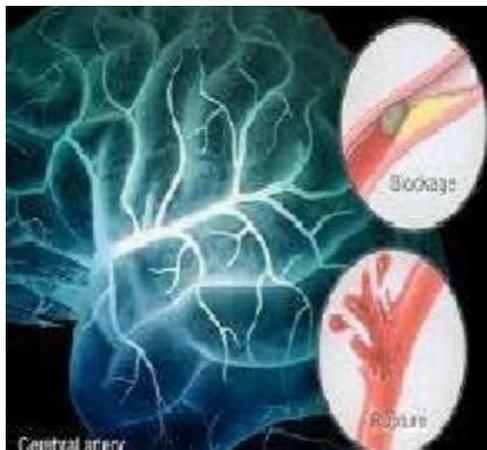
Jl. Veteran No. 41-43 Sragen
Telp. 0271 891538 Fax. 0271 8824230
Email. rsusarilahusada@gmail.com
Website. rsusarilahusada.com
080/LF/PKRS/RSSH/2022

APAKAH STROKE ITU?

Stroke adalah kondisi kehilangan fungsi otak secara mendadak akibat gangguan peredaran darah di otak.

PENYEBAB TERJADINYA STROKE

1. Penurunan aliran darah ke otak
2. Pecahnya pembuluh darah otak dengan perdarahan ke dalam jaringan otak atau ruang sekitar otak
3. Bekuan darah di dalam pembuluh darah otak



APA TANDA DAN GEJALANYA?

1. Nyeri Kepala/pusing.



2. Badan terasa lemas terutama tangan dan kaki



3. Kesemutan.
4. Gangguan bicara/bicara rero
5. Kelainan pada ekspresi wajah misalnya mulut mencong.



6. Penglihatan gelap sesaat / penglihatan ganda
7. Telinga berdenging
8. Penurunan kesadaran
9. Muntah
10. Tekanan darah yang tinggi

FAKTOR RISIKO TERJADINYA STROKE

1. Usia > 65 tahun
2. Jenis kelamin: sering pada pria
3. Keturunan
4. Penyakit sebelumnya (Darah tinggi, Jantung, Kencing manis)



5. Obesitas



6. Perokok



7. Alkoholik

8. Kolesterol tinggi

APA KOMPLIKASI STROKE?

1. Perdarahan otak makin berat
2. Kepala membesar (hidrosefalus)
3. Kejang
4. Radang paru-paru
5. Luka akibat penekanan
6. Kekakuan sendi