

ZAUWAŻ OBJAWY

Życie po udarze mózgu

Treści zawarte w poradniku nie stanowią porady lekarskiej.
W przypadku jakichkolwiek wątpliwości dotyczących Twojego stanu zdrowia, skontaktuj się z lekarzem.
Projekt wspierany przez firmę Allergan Sp. z o.o. ul. Marynarska 15 02-674 Warszawa

Partner akcji Fundacja Udaru Mózgu FUM
www.fum.info.pl



www.Wracam.pl



Więcej informacji na temat spastyczności po udarze mózgu uzyskasz po numerem telefonu
Infolinii Udarowej 605 647 600

Prezentowane zdjęcia służą wyłącznie celom poglądowym.

1. Stroke Association. Physical effects of stroke. https://www.stroke.org.uk/sites/default/files/user_profile/physical_effects_of_stroke.pdf. Ostatni dostęp: październik 2020 r.
2. National Hospital for Neurology and Neurosurgery, Spasticity Service, NHNN. <https://www.uclh.nhs.uk/PandV/PIL/Patient%20information%20leaflets/Managing%20spasticity.pdf>. Ostatni dostęp: październik 2020 r.
3. Kuo, CL, Hu, GC, International Journal of Gerontology, 2018;12:280-284.
4. Wissel J, Schelosky LD, Scott J i wsp. Early development of spasticity following stroke: a prospective, observational trial. *J Neurol* 2010;257:1067-1072.
5. Ganapathy V, Graham GD, DiBonaventura MD i wsp. Caregiver burden, productivity loss, and indirect costs associated with caring for patients with poststroke spasticity. *Clin Interv Aging* 2015;10:1793-1802.
6. Lundström E, Smits A, Terént A i wsp. Time-course and determinants of spasticity during the first six months following first-ever stroke. *J Rehabil Med* 2010;42:296-301.
7. Wissel J, Manack A, Brainin M. Toward an epidemiology of poststroke spasticity. *Neurology* 2013;80:S13.
8. Ward, AB., Eur J Neurol, 2012;19(1):21-7.

PL-BTX-2150023 przygotowano marzec 2021.

Opracowanie tego materiału zostało sfinansowane przez firmę Allergan. Powstał on we współpracy z lekarzami i fizjoterapeutami specjalizującymi się w leczeniu spastyczności poudarowej.

ZAUWAŻ OBJAWY

Życie po udarze mózgu

PRZEŻYŁEŚ UDAR MÓZGU, A TERAZ ODCZUWASZ “SZTYWNOŚĆ”, NAPIĘCIĘ LUB SKURCZE W NIEKTÓRYCH MIĘŚNIACH?

Materiał przygotowany przez:





Po udarze mózgu może wystąpić ból lub napięcie w niektórych mięśniach¹⁻³. Mogą również pojawić się problemy związane ze “sztywnością” ramion, nóg, szyi lub tułowia¹⁻³.



Dolegliwości te mogą utrudniać poruszanie się lub sprawiać, że będziesz poruszać się wolniej^{1,2,4}. Mogą również znacznie ograniczać wykonywanie niektórych czynności, takich jak mycie się i ubieranie, lub utrudniać Twojemu opiekunowi opiekę nad Tobą^{1,2,5}.

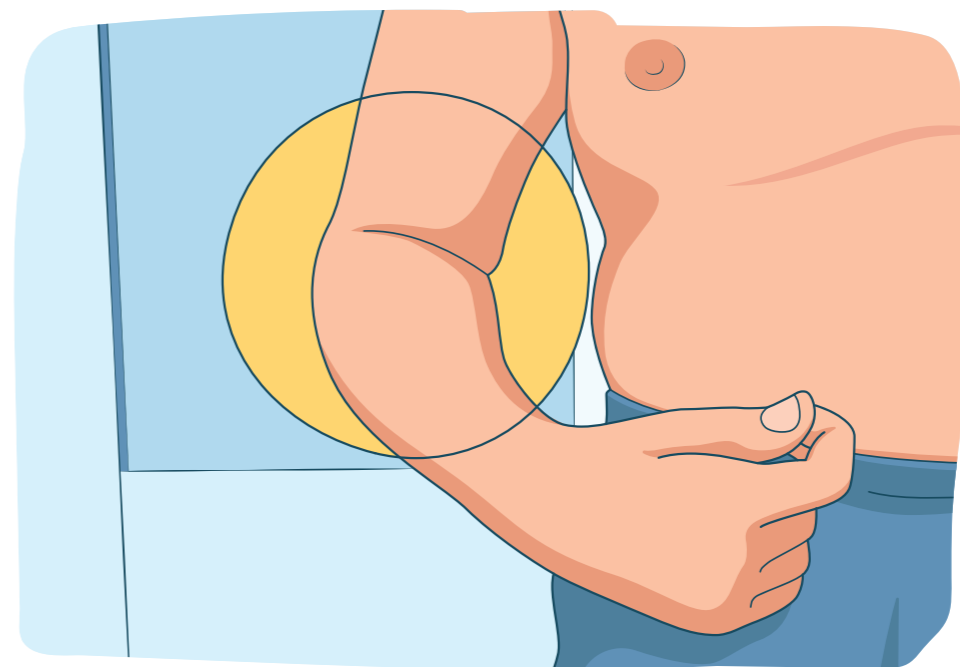


Jeśli zauważysz u siebie którykolwiek z tych objawów lub występują u osoby, którą się opiekujesz którą się opiekujesz, porozmawiaj o tym z lekarzem, fizjoterapeutą, terapeutą zajęciowym lub pielęgniarką. Jest to ważne, ponieważ po przeprowadzeniu oceny stanu pacjenta można leczyć “sztywność”, nadmierne napięcie i skurcze^{1,2}.



Czy występuje u Ciebie lub u osoby, którą się opiekujesz, którykolwiek z tych problemów? Ta ulotka może pomóc Ci zrozumieć, na co warto zwrócić uwagę...

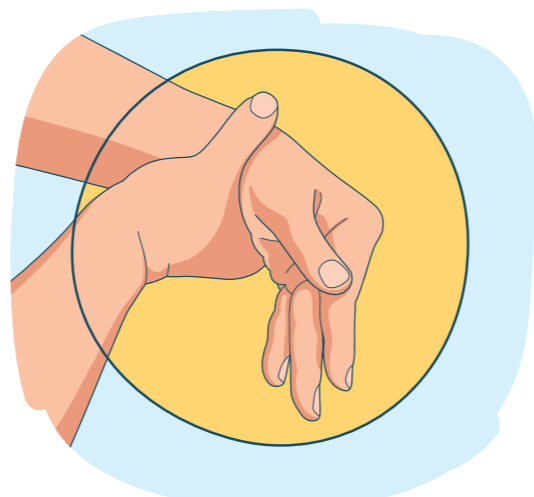
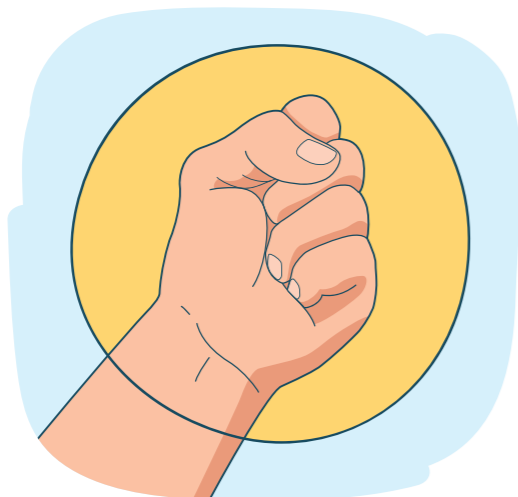
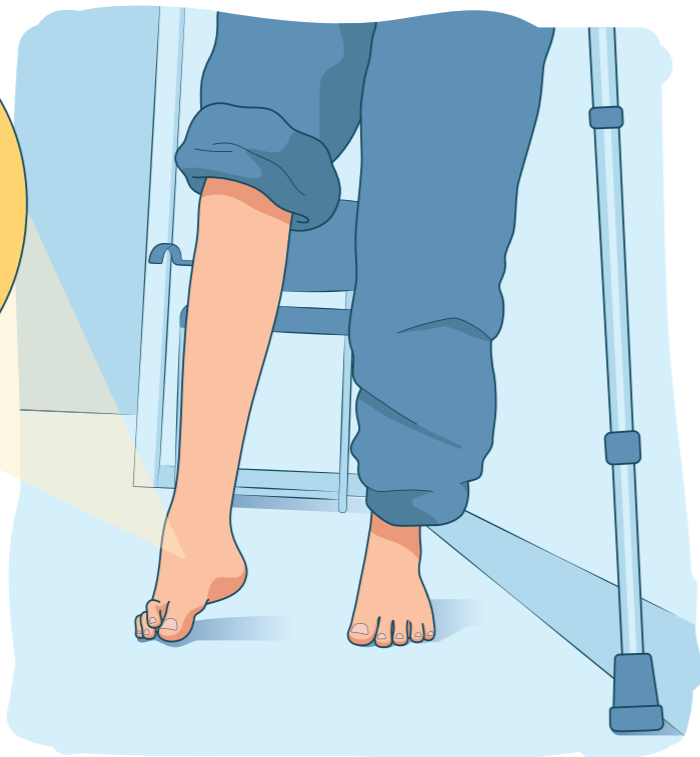
PRZYJRZYJ SIĘ ZDJĘCIOM, ABY SPRAWDZIĆ, CZY KTÓRYKOLWIEK Z TYCH OBJAWÓW JEST PODOBNY DO PROBLEMÓW WYSTĘPUJĄCYCH U CIEBIE



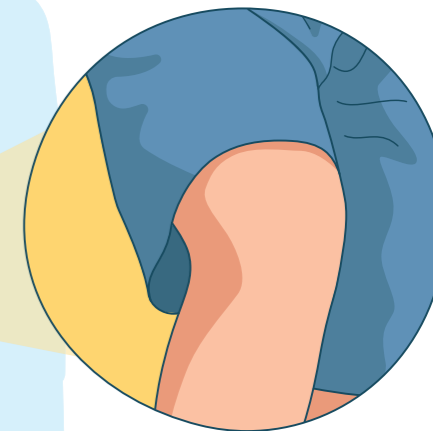
“SZTYWNOŚĆ” ŁOKCIA UTRUDNIAJĄCA PROSTOWANIE RAMIENIA



"SZTYWNOŚĆ" STAWU
SKOKOWEGO UTRUDNIAJĄCA
STANIE LUB CHODZENIE
ZGIĘCIE PALCA U STOPY
POWODUJĄCE BÓL
PO ZAŁOŻENIU BUTÓW



"SZTYWNOŚĆ" UTRUDNIAJĄCA ZACIŚNIĘCIE LUB OTWARCIE RĘKI



"SZTYWNOŚĆ"
STAWU KOLANOWEGO
UTRUDNIAJĄCA
ZGIĘCIE KOLANA

Dolegliwości te mogą pojawić się po kilku tygodniach lub miesiącach od udaru^{1,3,4,6,7}. W niektórych przypadkach mogą one wystąpić po upływie kilku lat^{7,8}. Zachowaj tę ulotkę, ponieważ może ułatwić Ci ona wczesne właściwe rozpoznanie tych problemów, jeśli się pojawią^{3,6}; w każdej chwili możesz również porozmawiać z pracownikami ochrony zdrowia, którzy się Tobą opiekują.

Jeśli objawy te są uciążliwe dla Ciebie lub dla osoby, którą się opiekujesz, skonsultuj się z lekarzem, fizjoterapeutą, terapeutą zajęciowym lub pielęgniarką.

KILKA PYTAŃ DO LEKARZA, KTÓRE MOŻESZ MIEĆ PO UDARZE

By być lepiej przygotowaną/ym przed następną wizytą poświęć najbliższych kilka minut na przemyślenie wszystkiego, co Ty lub osoba, którą się opiekujesz, chcielibyście omówić z lekarzem. Aby Ci w tym pomóc, przedstawiamy kilka pytań, które Ty lub osoba, którą się opiekujesz, chcielibyście zadać.

Na końcu znajduje się również puste miejsce na wszelkie inne pytania, które mogą Ci przyjść do głowy.

OZNAKI, OBJAWY, RYZYKO I SKUTKI „SZTYWNOŚCI MIĘŚNI” (NAZYWANEJ PRZEZ LEKARZA/PERSONEL MEDYCZNY SPASTYCZNOŚCIĄ POUDAROWĄ)

- Słyszałam/em, że powinnam/powinienem zwracać uwagę na oznaki i objawy „sztywności mięśni” (spastyczności) po udarze; co to jest spastyczność? Czy jestem zagrożona/y spastycznością?
- Jak często dochodzi do wystąpienia „sztywności mięśni” (spastyczności)?
- Skąd mam wiedzieć, czy rozwija się u mnie „sztywność mięśni” (spastyczność)?

- Jak ciężka jest moja „sztywność mięśni” (spastyczność)?
- Czy „sztywność mięśni” (spastyczność) to stan postępujący, czy będzie się dalej pogarszać?

ROZPOZNANIE „SZTYWNOŚCI MIĘŚNI” (SPASTYCZNOŚCI), POSTĘPOWANIE I WSPARCIE TERAPEUTYCZNE

- Słyszałam/em, że „sztywność mięśni” (spastyczność) można leczyć; do kogo najlepiej się zwrócić? Czy jest konkretny specjalista, z którym należy porozmawiać?
- Czy „sztywność mięśni” (spastyczność) może się cofać lub po prostu ustąpić?
- Czy jest coś jeszcze, co mogę zrobić, przyjąć lub spróbować, co poprawi mój stan spowodowany „sztywnością mięśni” (spastycznością); np. fizjoterapia, terapia zajęciowa?

INNE PYTANIA, KTÓRE MOŻESZ MIEĆ

Niniejszy dokument został utworzony i opracowany przez firmę Allergan, spółkę grupy AbbVie. Pytania zostały przygotowane, aby pomóc pacjentom, opiekunom lub członkom rodziny w uświadomieniu sobie, o co mogą zapytać swojego lekarza po udarze; mają one służyć wyłącznie jako wskazówka.

LISTA PLACÓWEK ZAJMUJĄCYCH SIĘ LECZENIEM SPASYCZNOŚCI KOŃCZYNY GÓRNEJ I/LUB DOLNEJ PO UDARZE MÓZGU Z UŻYCIEM TOKSYNY BOTULINOWEJ TYPU A W RAMACH PROGRAMU LEKOWEGO B.57

NAZWA	ADRES PLACÓWKI	NR TEL.	ADRES MAILOWY
Dolnośląskie			
Uniwersytecki Szpital Kliniczny im. Jana Mikulicza-Radeckiego	Wrocław, ul. Borowska 213	71 734 31 65	
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. J. Gromkowskiego	Wrocław, ul. Koszarowa 5	71 395 76 43	
Kujawsko-Pomorskie			
Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. dr. Emila Warmińskiego	Bydgoszcz, ul. Szpitalna 19	52 37 09 295 52 73 09 313	neurologia@szpital.bydgoszcz.pl
Kujawsko - Pomorskie Centrum Pulmonologii	Bydgoszcz, ul. Meysnera 9	52 32 79 322 52 32 79 367 52 32 79 313	kpcp-oreh@kpcp.pl
Szpital Uniwersytecki nr 2 im. Jana Bizuela	Bydgoszcz, ul. Ujejskiego 75	52 36 55 566 52 36 55 567	kancelaria@biziel.pl
Regionalny Szpital Specjalistyczny im. dr Władysława Biegańskiego	Grudziądz, ul. Dr Ludwika Rydgiera 15/17	56 64 14 455 56 64 14 452	kancelaria@bieganski.org
Specjalistyczny Szpital Miejski im. M. Kopernika	Toruń, ul. Batorego 17/19	56 61 00 435 56 61 00 436	
Wojewódzki Szpital Zespolony im. L. Rydygiera	Toruń, ul. Św. Józefa 53/59	56 67 93 245 56 67 93 242	sekretariat@wszz.torun.pl
Lubelskie			
SPSK4	Lublin, ul. Jaczewskiego 8	81 724 47 20	
Lubuskie			
Szpital Uniwersytecki im. K. Marcinkowskiego	Zielona Góra, ul. Zyty 26	68 32 96 485	L20@szpital.zgora.pl

Łódzkie			
Szpital im. M. Kopernika w Łodzi	Łódź, ul. Pabianicka 62	42 68 95 361 42 68 95 365	
SPZOZ Uniwersytecki Szpital Kliniczny nr 1 im. Norberta Barlickiego	Łódź, ul. Stefana Kopcińskiego 22	42 67 76 689	
Małopolskie			
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Szpital Uniwersytecki	Kraków, ul. Botaniczna 3	12 424 70 00	
Krakowski Szpital Specjalistyczny im. Jana Pawła II	Kraków, ul. Prądnicka 80	12 614 20 13	neuroinfekcje@szpitaljp2.krakow.pl
Mazowieckie			
Centralny Szpital Kliniczny	Warszawa, ul. Banacha 1a	22 59 92 836	
Mazowiecki Szpital Bródnowski	Warszawa, ul. Kondratowicza 8	73 00 14 140	
Instytut Psychiatrii i Neurologii	Warszawa, ul. Sobieskiego 9	22 45 82 826	
Wojskowy Instytut Medyczny	Warszawa, ul. Szaserów 128	26 18 17 898 26 78 17 898	
Opolskie			
Wojewódzki Specjalistyczny Zespół Neuropsychiatryczny im. Św. Jadwigi	Opole, ul. Wodociągowa 4	77 541 42 27	
Podlaskie			
Uniwersytecki Szpital Kliniczny	Białystok, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 24A	85 831 83 26	neurosek@umb.edu.pl
Pomorskie			
COPERNICUS Podmiot Lecznicy Sp. z o.o.	Gdańsk, al. Jana Pawła II 50	58 768 46 61 58 768 47 61	sekretariat.zaspa@copernicus.gda.pl
7 Szpital Marynarki Wojennej	Gdańsk, ul. Polanki 117	58 552 63 33 58 552 65 51	neurologia@7szmw.pl

Podkarpackie			
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Jarosław Spółka Cywilna	Jarosław, ul. Krakowska 39A	66 37 53 020	
Centrum Medyczne w Łąncucie sp. z o.o.	Łącut, ul. Ignacego Paderewskiego 5	605 442 027	
Wojewódzki Szpital Podkarpacki im. Jana Pawła II	Krosno, ul. Korczyńska 57	13 437 80 00	
Wojewódzki Szpital im. Św. Ojca Pio w Przemyślu	Przemyśl, ul. Monte Cassino 18	16 677 50 00	
Kliniczny Szpital Wojewódzki Nr 2 im. Św. Jadwigi Królowej	Rzeszów, ul. Lwowska 60	17 866 40 00	
Nowe Techniki Medyczne Szpital Specjalistyczny im. Świętej Rodziny	Rzeszów, ul. Rudna Mała 600	69 45 19 752	
Śląskie			
Szpital Wojewódzki	Bielsko-Biała, al. Armii Krajowej 101	66 76 73 948	
SPZOZ Wojewódzki Szpital Specjalistyczny Nr 4	Bytom, ul. Legionów 10	32 39 64 140	
Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Cieszynie	Cieszyn, ul. Bielska 4	33 854 92 00 wewn. 462	
Vito-med	Gliwice, ul. Radiowa 2	32 302 88 67	
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej Wojewódzki Szpital Specjalistyczny nr 3	Rybnik, ul. Energetyków 46	32 429 11 01	
Uniwersyteckie Centrum Kliniczne im. prof. K. Gibińskiego Śląskiego	Katowice, ul. Medyków 15	32 789 49 19	
Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny Nr 1 im. Prof. Stanisława Szyszko	Zabrze, ul. 3 maja 13-15	32 370 45 51	
Świętokrzyskie			
Resmedica	Kielce, ul. Mielczarskiego 105/3-4	607 299 112	

Świętokrzyskie			
Szpital Specjalistyczny Ducha Świętego w Sandomierzu	Sandomierz, ul. Schinzla 13	15 832 30 01	
Zespół Opieki Zdrowotnej w Skarżysku Kamiennej	Skarżysko-Kamienna, ul. Szpitalna 1	41 395 62 01	
Powiatowy Zakład Opieki Zdrowotnej	Starachowice, ul. Radomska 70	41 273 90 00	
Warmińsko-Mazurskie			
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny	Olsztyn, ul. Żołnierska 18	89 53 86 340 89 53 86 273 89 53 86 412	
Wielkopolskie			
Wojewódzki Szpital Zespolony	Leszno, ul. J. Kiepury 45	65 52 53 424	wsz@wsz.leszno.pl
Szpital Powiatowy w Nowym Tomyslu	Nowy Tomyśl, ul. Poznańska 30	501 573 578	neurologia@szpital-nowy-tomysl.pl
Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im. Józefa Strusia	Poznań, ul. Szwajcarska 3	53 41 94 843	sekretariat_neurologia@szpital-strusia.poznan.pl
Szpital Powiatowy w Śremie	Śrem, ul. Chełmońskiego 1	61 28 15 521	sekretariat@szpital-srem.pl
Zachodniopomorskie			
“Akson” Gabinety Specjalistyczne	Szczecin, ul. Niemcewicz 15H	91 42 22 000	rejestracja@przychodnie-fabian.pl
SPWSZ w Szczecinie	Szczecin, ul. Arkońska 4	605 108 063	
SPZZOZ “Medicam” w Gryficach	Gryfice, ul. Niechorska 27	91 38 45 770	neurologia2@medicam.pl
Regionalny Szpital w Kołobrzegu	Kołobrzeg, ul. Łopuskiego 31-33	660 497 598	
Szpital Wojewódzki w Koszalinie	Koszalin, ul. Chałubińskiego 7	94 34 88 133	o.neurologii@swk.med.pl
107 Szpital Wojskowy w Wałczu	Wałcz, ul. Kołobrzaska 44	26 14 72 887	neurologia@107sw.mil.pl