

İNME NEDİR? NEDEN ÖNEMLİDİR?

Prof. Dr. İpek Midi

İnme, beynin kan akımını sağlayan damarlardan birinin ani tıkanması ya da akımının azalması sonucunda olabileceği gibi, bu damarların yırtılması sonucunda da oluşabilir. Bu süreçte beyne yeterli oksijen ve gerekli besin maddeleri gitmezse beyin hücrelerinde ölüm başlar.

Halk arasında inmenin başka adları da var mıdır?

İnme için felç ya da beyin felci gibi isimlendirmeler de kullanılmaktadır.

İnme çeşitleri nelerdir?

İki tip inme çeşidi vardır. Damarın ani tıkanması ya da beyne giden kan akımının azalması sonucu oluşan inmeye tıkaçıcı inme, damarların yırtılması sonucu kanın beyin dokusuna ya da beyin zarlarının arasına dağılması ile oluşana da kanamalı inme denir. Tıkaçıcı inme tüm inmelerin yaklaşık %80'ini oluştururken, beyin kanaması %20'sini oluşturur.

İnme neden önemlidir?

İnme, beynin bir bölgesini ya da tümünü etkileyerek kişide işlev kaybına yol açar. Vücudun bir yarısında uyuşukluk, kuvvetsizlik, konuşma ve görme bozuklukları, dengesizlik, bilinç değişiklikleri oluşturabilir. Bu da kişinin yaşam aktivitesini etkileyerek kimi zaman yatağa bağımlı hale getirebilir, kimi zaman ölüme yol açar.

İnme sıklığı nedir?

Dünya genelinde yaklaşık her 1 dakikada 1 kişi inme geçirmekte ve her 3 dakikada 1 kişi de inme nedeni ile ölmektedir. İnme, tüm dünyada koroner kalp hastalığı ve kanserden sonra, üçüncü sıklıkta gelen ölüm nedenidir.

İnme geçiren kişi bir daha inme geçirir mi?

Bir kez inme geçiren 4 kişiden biri takip eden 5 yıllık süre içinde tekrar inme geçirebilir.

Gençlerde inme olur mu?

İnme sıklıkla ileri yaşın hastalığı olmakla birlikte her yaşta da görülebilir. Bebeklik, çocukluk, ergenlik ve genç erişkin dönemde de karşınıza çıkabilir.

Stres inmeye yol açar mı?

Kısa süreli değil ancak kronik stres kalp-damar hastalıkları için bir risk faktörüdür. Stres kişinin yaşam stilini, kişilik özelliklerini ve anksiyete durumunu etkiler. Uzun süre psikofiziksel strese maruz kalan kişilerde inme riski, yaşamlarını daha rahat geçiren kişilere göre 4 kat fazladır.

İnme riskini azaltmak için neler yapmalıyım?

İnmeye yol açan risk faktörlerini kontrol altına almak gerekir. Tansiyonunuzu ölçün, kan yağlarınızın ve kan şekerinizin değerini öğrenmek için tahlil yaptırın, sigara içmeyi bırakın, fazla kilonuz varsa diyetle girin ve düzenli yürüyüşler yapın. Bu risk faktörleriniz mevcutsa da doktorunuzun önerdiği ilaçları düzenli kullanın.