

# All About Stroke

## Sve o moždanom udaru

**Toolkit No. 21**  
**Brošura br. 21**

### What is a stroke? Šta je moždani udar?

A stroke, sometimes called a “brain attack,” occurs when the blood supply to part of your brain is interrupted and brain tissue is damaged. The most common cause is a blocked blood vessel. Stroke can cause physical problems such as paralysis, problems with thinking or speaking, and emotional problems.

Do moždanog udara dolazi kada se dotok krvi u dio mozga poremeti i moždano tkivo ošteti. Najčešći uzrok je začepljen krvni sud. Moždani udar može dovesti do fizičkih problema kao što je paraliza, poteškoća s mišljenjem ili govorom, te emocionalnih problema.

### What does diabetes have to do with strokes? Šta dijabetes ima s moždanim udarom?

If you have diabetes, you’re much more likely to have a stroke, heart disease, or a heart attack. In fact, 2 out of 3 people with diabetes die from stroke or heart disease. But you can cut your chances of having these problems by taking special care of your heart and blood vessels.

Ako imate dijabetes, puno ste skloniji moždanom udaru, srčanim oboljenjima ili srčanom udaru. U stvari, 2 od 3 osobe s dijabetesom umiru od moždanog udara ili srčanih oboljenja. Svoj rizik od ovih problema možete smanjiti ako vodite računa o srcu i krvnim sudovima.

### How do I know whether I’m at high risk for a stroke? Kako ću znati da li sam izložen visokom riziku od moždanog udara?

Just having diabetes puts you at risk, but your risk is even greater if

Izloženi ste riziku samim tim što imate dijabetes, ali rizik vam se povećava ako

- you have high blood pressure
- you have abnormal blood cholesterol levels
- you smoke
- you’ve already had a stroke or a transient ischemic attack (TIA), also called a mini-stroke
- you have a family history of stroke or TIAs
- imate visok krvni pritisak
- imate abnormalnu koncentraciju kolesterola u krvi

- pušite
- ste već imali moždani udar ili tranzitorni ishemijski atak (TIA), također poznat i kao mini-udar.
- imate istoriju moždanih udara ili TIA u porodici

You can't change your family history, but taking care of your diabetes and the conditions that come with it can lower your chances of having a stroke. It's up to you.

Porodičnu istoriju ne možete promijeniti, ali ako povedete računa o svom dijabetesu i stanjima koja idu uz njega, možete smanjiti rizik od moždanog udara. Na vama je da to učinite.



It's wise to review the symptoms of a stroke with family and friends and to tell them about the importance of calling 911.

Pametno je upoznati porodicu i prijatelje sa simptomima moždanog udara i objasniti im koliko je važno odmah nazvati 911.

## How can I lower my risk of having a stroke?

### Kako mogu smanjiti rizik od moždanog udara?

You can lower your risk by keeping your blood glucose (sugar), blood pressure, and cholesterol on target with meal planning, physical activity, and medication. Quitting smoking is important too. Every step you

take will help. The closer your numbers are to your targets, the better your chances of preventing a stroke.

Rizik možete smanjiti ako glukozu (šećer), pritisak i kolesterol održavate u preporučenim vrijednostima zdravom ishranom, fizičkim aktivnostima i lijekovima. Također je važno prestati pušiti. Svaki korak koji poduzmete će pomoći. Što su bliža vaša očitavanja preporučenim vrijednostima, bolje su vam šanse da spriječite moždani udar.

## What are the warning signs of a stroke?

### Koji su znakovi moždanog udara?

Typical warning signs of a stroke develop suddenly and can include

Tipični znakovi moždanog udara se javljaju iznenada i mogu uključiti

- weakness or numbness on one side of your body
- sudden confusion or trouble understanding
- trouble talking
- dizziness, loss of balance, or trouble walking
- trouble seeing out of one or both eyes
- double vision
- severe headache
- slabost ili utrnulost s jedne strane tijela
- iznenadnu zbrkanost ili poteškoće s razumijevanjem
- poteškoće s govorom
- ošamućenost, gubitak ravnoteže ili poteškoće s hodanjem
- poteškoće s vidom na jednom ili oba oka
- dupla slika
- jaka glavobolja

Sometimes one or more of these warning signs occur but then disappear. That condition, called a TIA, occurs when blood flow is temporarily blocked. It means you may be at risk for a future stroke.

Ponekad se jedan ili više ovih simptoma može pojaviti i potom proći. Do ovog stanja, poznatog kao TIA, dolazi kada je protok krvi privremeno blokiran. To znači da ste izloženi riziku od moždanog udara u budućnosti.

If you have warning signs of a stroke, call 911 right away. Getting treatment can help prevent permanent damage to your brain. It's wise to review the symptoms of a stroke with family and friends and to tell them about the importance of calling 911.

Ako imate znakove moždanog udara, odmah nazovite 911. Tretman može spriječiti trajno oštećenje mozga. Pametno je upoznati porodicu i prijatelje sa simptomima moždanog udara i objasniti im koliko je važno odmah nazvati 911.

## **How is a stroke diagnosed? Kako se dijagnosticira moždani udar?**

A number of tests may be done if a stroke is suspected:

Ako se posumnja na moždani udar, mogu se napraviti brojni testovi:

- **Your doctor will examine you** to check for any changes in body function. For example, the doctor can check your ability to move your arms and legs. The doctor also will check brain functions such as your ability to read or to describe a picture.
- A **CT** or **MRI** (magnetic resonance imaging) uses special scanning

techniques to provide images of the brain.

- An **ECG** (electrocardiogram) provides information on heart rate and rhythm.
- An **ultrasound examination** can show problems in the carotid (ca-RAH-tid) arteries, which carry blood from the heart to the brain.
- A **cerebral** (seh-REEB-rah) **arteriogram** is a test in which a catheter is inserted into an artery and positioned in the neck. Dye is injected and x-rays show whether arteries are narrowed or blocked.
- **Liječnik će vas pregledati** da provjeri postoje li promjene u funkcijama organizma. Na primjer, liječnik vam može provjeriti sposobnost pomjeranja ruku i nogu. Također može provjeriti funkcije mozga kao što je npr. sposobnost da čitate ili da opišete sliku.
- **CT** i **MRI** (oslikavanje magnetskom rezonancijom) koriste specijalne tehnike skeniranja da oslikaju mozak.
- **ECG** (elektrokardiogram) pruža informacije o brzini i ritmu otkucaja srca.
- **Ultrazvučni pregled** može pokazati probleme u karotidnim arterijama kojima krv teče iz srca prema mozgu.
- **Cerebralni arteriogram** je test pri kojem se kateter umeće u arteriju i namješta u vrat. Potom se kroz kateter ubrizgava boja i na rentgenu se vidi da li su arterije sužene ili začepljenje.

## **What are the treatments for stroke?**

### **Kako se liječi moždani udar?**

#### **Treatment you need right away Tretman koji vam je neophodan odmah**

“Clot-busting” drugs must be given within hours after a stroke to minimize damage. That's why it's important to call 911 if you're

having symptoms.

Lijekovi za razbijanje ugrušaka se moraju dati u roku nekoliko sati od moždanog udara kako bi se smanjile posljedice. Zato je važno neizostavno nazvati 911 ako primijetite simptome moždanog udara.

### **Surgical treatments you may need** **Operacije koje vam mogu biti neophodne**

Several options for surgical treatment of blocked blood vessels are available. These include

Postoji nekoliko opcija za hirurški tretman začepljenih krvnih sudova. To su

- **Carotid artery surgery**, also called **carotid endarterectomy** (en-dar-teh-REK-teh-mee) is used to remove buildups of fat inside the artery and to restore blood flow to the brain.
- **Carotid stenting** is a procedure used to remove a blockage in a blood vessel to the brain. A small tube with a balloon attached is threaded into the narrowed or blocked blood vessel. Then the balloon is inflated, opening the narrowed artery. A wire tube, or stent, may be left in place to help keep the artery open.
- **Operacija karotidne arterije**, također poznata i kao **karotidna endarterektomija**, se poduzima za odstranjivanje masnih naslaga sa zidova arterije i vraćanje krvotoka u mozak.
- **Stenting karotidnih arterija** je procedura koja se koristi za odstranjivanje začepljenja u krvnim sudovima u mozgu. Mala cjevčica s balonom se umeće u suženi ili začepljeni krvni sud. Balon se potom naduva, otvarajući suženu arteriju. Žičana cjevčica ili stent se mogu ostaviti u arteriji da je čuvaju otvorenom.

### **Other treatments** **Drugi tretmani**

Treatment following a stroke includes rehabilitation therapies to restore function or help people relearn skills. Physical, occupational, and speech therapy may be included, as well as psychological counseling. Steps to prevent future problems should include smoking cessation, meal planning, physical activity, and medications to manage blood glucose, blood pressure, and cholesterol levels.

Tretmani nakon moždanog udara obuhvataju rehabilitacione terapije za uspostavljanje funkcija i ponovno učenje kretnji. Fizička, radna i govorna terapija se može također dodati, kao i psihološko savjetovanje. Koraci za spriječavanje problema u budućnosti trebaju uključiti: prestanak pušenja, zdravu ishranu, fizičku aktivnost, te lijekove kako bi glukozu, pritisak i kolesterol držali pod kontrolom.

#### **Real-Life Stories from People with Diabetes**

I never knew I was at risk for a stroke. But after I had my stroke, I learned that having diabetes puts you at high risk for both a stroke and a heart attack, because diabetes can damage your blood vessels. Now I'm getting my blood glucose, blood pressure, and cholesterol under control so I can avoid another stroke.

Luis Z., age 75 • type 2 diabetes

### **Istinite priče ljudi s dijabetesom**

Nisam znao da sam izložen riziku od moždanog udara. Ali nakon što sam imao moždani urad, naučio sam da dijabetes povećava rizik i od moždanog i od srčanog udara, jer dijabetes oštećuje krvne sudove. Sada držim pod kontrolom glukozu, pritisak i kolesterol, kako bih izbjegao drugi moždani udar.

Luis Z., 75 godina • dijabetes tipa 2



American Diabetes Association 1-800-DIABETES (342-2383)

[www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)

©2004 by the American Diabetes Association, Inc. 03/04