Nidas

NISH Online Interactive Disability Awareness Seminar- 33

Vocational Paper (VOC)

സ്ട്രോക്ക്: അപകടസൂചനകളും പുനരധിവാസ പരിശീലനങ്ങളും **16 മാർച്ച് 2019**

സ്ട്രോക്ക് അഥവാ സെറിബ്രോവാസ്ക്യുലാർ ആക്സിഡന്റ് (സി.വി.എ)

സ്ട്രോക്ക് അഥവാ സി.വി.എ എന്നാൽ മസ്തിഷ്കത്തിനകത്തേക്കുള്ളതും അകത്തുള്ളതുമായ ധമനികളെ ബാധിക്കുന്ന ഒരു രോഗമാണ്. ഇത്തരം ധമനികളിൽ രക്തം കട്ട പിടിക്കുകയോ ധമനികൾ പൊട്ടുകയോ ചെയ്യുന്ന ഉണ്ടാകുന്ന സാഹചര്യത്തിലാണ് സ്ട്രോക്ക് ഉണ്ടാകുന്നത്. ഇത് മസ്തിഷ്കത്തിന്റെ സംസാരം-ഭാഷ എന്നീ മേഖലകളെ ബാധിക്കുകയാണെങ്കിൽ ആ അവസ്ഥയെ അഫേസ്യ എന്ന് പറയുന്നു..

അപകടസൂചനകൾ

സ്ട്രോക്കിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുന്നത് വഴി അതിന്റെ ഫലങ്ങൾ കുറയ്ക്കുവാൻ സാധിക്കും.

- മുഖം കോടുക- രോഗിയോട് പുഞ്ചിരിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക (Face drooping)
- കൈകൾ തളരുക- രണ്ടു കൈകളും ഉയർത്താൻ ആവശ്യപ്പെടുക (Arm weakness)
- വ്യക്തമല്ലാത്ത സംസാരം- ഒരു വാക്യം ആവർത്തിക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുക (Slurred Speech)
- സമയം- ഇവയിൽ ഏതെങ്കിലും ലക്ഷണം രോഗിയിൽ കാണുന്നുവെങ്കിൽ എത്രയും പെട്ടെന്ന് രോഗിയെ ആശുപത്രിയിൽ എത്തിക്കുക (Time)

ശരീരത്തിന്റെ ഒരു വശം പെട്ടെന്ന് മരവിക്കുക, ആശയക്കുഴപ്പം, തലവേദന, നടക്കാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്, മങ്ങിയ കാഴ്ച എന്നിവ സ്ട്രോക്കിന്റെ ചില ലക്ഷണങ്ങളാണ്.

അഫേസ്യ

ഭാഷയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടു പ്രവർത്തിക്കുന്ന മസ്തിഷ്കത്തിന്റെ ഭാഗങ്ങൾക്കുണ്ടാകുന്ന തകരാറുകൾ കാരണമുണ്ടാകുന്ന നാഡീസംബന്ധമായ ഭാഷാ വൈകല്യമാണ് അഫേസ്യ. അഫേസ്യ എട്ടു തരത്തിലുണ്ട്.

ഇവ കാരണം ഉണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങളാണ്,

- കാര്യഗ്രഹണത്തിലെ ബുദ്ധിമുട്ട്
- ആശയം പ്രകടിപ്പിക്കുന്നതിലെ ബുദ്ധിമുട്ട്
- ആവർത്തനത്തിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്
- പേരുകൾ ഓർമിച്ചെടുക്കുന്നതിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്
- മുകളിൽ പറഞ്ഞ എല്ലാം ഒരുമിച്ച്
- വാക്കുകൾ ആവർത്തിക്കാൻ സാധിക്കും എന്നാൽ കാര്യഗ്രഹണത്തിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്

- വാക്കുകൾ ആവർത്തിക്കാൻ സാധിക്കും എന്നാൽ ആശയം പ്രകടിപ്പിക്കുന്നതിനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്
- മേൽപ്പറഞ്ഞ രണ്ടും ഒരുമിച്ച് വരുന്നത്

അഫേസ്യ കാരണമുണ്ടാകുന്ന ഭാഷാപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ

- സംസാരിക്കാനായി പ്രയത്നിക്കേണ്ടതായി വരിക
- ഉചിതമല്ലാത്ത പദപ്രയോഗം
- മറ്റുള്ളവരുടെ സംസാരം മനസ്സിലാക്കുവാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്
- വായനാ-എഴുത്ത് ശേഷികളിലുണ്ടാകുന്ന പ്രശ്നങ്ങൾ

എന്നിവയാണ് അഫേസ്യയുള്ളവരിൽ സാധാരണയായി കാണപ്പെടുന്ന ഭാഷാപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ

ആവർത്തിച്ചുള്ള പദപ്രയോഗം, ഒരു ശബ്ദത്തിനു അല്ലെങ്കിൽ വാക്കിനു പകരം മറ്റൊന്നുപയോഗിക്കുക, ഉചിതമായ വാക്ക് കണ്ടുപിടിക്കാൻ കഴിയാതെ വരിക, വ്യാകരണപരമായി ശരിയായ വാക്യങ്ങൾ രൂപീകരിക്കാൻ കഴിയാതെ വരിക, അവസരത്തിനൊത്തുള്ള വാക്യങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാൻ കഴിയാതെ വരിക എന്നിവയാണ് അഫേസ്യയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുണ്ടാകുന്ന മറ്റു പ്രശ്നങ്ങൾ

അഫേസ്യയുള്ളവരുടെ ആശയവിനിമയത്തിലുണ്ടാകുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ

- ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുവാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്
- സങ്കീർണ്ണമായ നിർദേശങ്ങൾ മനസ്സിലാക്കുവാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ട്
- ഉചിതമല്ലാത്ത പെരുമാറ്റം
- വാക്കുകളുടെ പരിമിതമായ ഉപയോഗം

എന്നിവയാണ് പ്രധാനമായും കാണപ്പെടുന്ന ആശയവിനിമയത്തിലുണ്ടാകുന്ന ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ

അഫേസ്യയുമായി ബന്ധപ്പെട്ടുണ്ടാകുന്ന മറ്റു പ്രശ്നങ്ങൾ

ഡിസാർത്രിയ, അപ്രാക്സിയ, അഗ്നോസിയ, അലെക്സിയ, അഗ്രാഫിയ

പുനരധിവാസ വിദഗ്ദ്ധർ

നേരത്തെയുള്ള പുനരധിവാസം പെട്ടെന്നുള്ള രോഗമുക്തിക്ക് സഹായകമാകുന്നു. പുനരധിവാസ ടീമിൽ ഫിസിയോതെറാപ്പിസ്റ്റ്, ഒക്കുപ്പേഷണൽ തെറാപ്പിസ്റ്റ്, ക്ലിനിക്കൽ സൈക്കോളജിസ്റ്റ്, സ്പീച്ച് ലാംഗ്വേജ് പതോളജിസ്റ്റ് ആണുള്ളത്. ഗ്രൂപ്പ് തെറാപ്പിയും എ.എ.സിയും സ്പീച്ച് ആന്റ് ലാംഗ്വേജ് ഇന്റർവെൻഷനിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു.

അഫേസ്യയുള്ള രോഗിയുമായുള്ള ഇടപെടൽ

താഴെ പറയുന്ന കാര്യങ്ങൾ അഫേസ്യയുള്ള രോഗിയുമായി ഇടപെടുമ്പോൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടതാണ്.

- ആശയവിനിമയത്തിന് ലളിതമായ വാക്യങ്ങളും ആംഗ്യങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുക
- പശ്ചാത്തലത്തിലുള്ള മറ്റു ശബ്ദങ്ങൾ കുറവാണെന്നുറപ്പു വരുത്തുക
- കുഞ്ഞുങ്ങളോട് പെരുമാറുന്നത് പോലെ അവരോട് പെരുമാറരുത്.

- കുടുംബകാര്യങ്ങൾ രോഗിയുമായി ചർച്ച ചെയ്യുക
- മനസ്സിനിഷ്ടമുള്ള വിനോദങ്ങൾക്ക് (ഹോബികൾക്ക്) സമയം കണ്ടെത്താൻ സഹായിക്കുക
- വൈകാരികമായ പിന്തുണ നൽകുക
- ഇതേ അവസ്ഥയുള്ളവരുമായി ഇടപെടാൻ അവസരമൊരുക്കുക
- സ്ട്രോക്ക് ക്ലബ്ബ് അഥവാ സപ്പോർട്ട് ഗ്രൂപ്പിൽ പങ്കെടുക്കുക

സ്ട്രോക്കിന്റെ മുൻകരുതലുകൾ

ആരോഗ്യപരമായ ഭക്ഷണശീലം, വ്യായാമവും മറ്റു നല്ല ശീലങ്ങളും പ്രധാനമാണ്. സ്ഥിരമായ പുകവലി, മദ്യപാനം എന്നിവ ശീലമാക്കിയവർ ഇവയുപേക്ഷിക്കുക. അമിത രക്തസമ്മർദ്ദം, പ്രമേഹം, കൊളസ്ട്രോൾ മുതലായവ ഉള്ളവർക്കും സ്ട്രോക്ക് ഉണ്ടാവാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. അതു കൊണ്ട് തന്നെ ഇവ സ്ഥിരമായി നിരീക്ഷിക്കുകയും കൃത്യമായ പരിപാലനവും ചെയ്യേണ്ടതാണ്.