

Pemulihan Strok

Setiap tahun, lebih daripada 10,000 orang telah dimasukkan ke hospital di Singapura akibat strok. Ia adalah pembunuh ke-4 selepas barah, sakit jantung dan radang paru-paru.

Apakah pemulihan selepas strok?

Dianggarkan dua per tiga dari pesakit-pesakit ini berjaya mengatasi strok dan memerlukan pemulihan. Tujuan pemulihan ini adalah untuk membantu pesakit pulih dan untuk mencapai kualiti hidup sebaik mungkin. Walaupun pemulihan tidak boleh mengembalikan kerosakan otak pesakit, ia banyak membantu mereka mencapai hasil terbaik dalam jangka masa panjang.

Pemulihan membantu pesakit strok belajar semula kemahiran yang hilang ketika kerosakan otak. Sebagai contoh, kemahiran ini termasuklah menyelaraskan pergerakan kaki untuk berjalan atau melakukan aktiviti lebih kompleks. Pemulihan juga mengajar pesakit cara baru untuk melakukan tugas – tugas yang menebus atau menggantikan ketidakupayaan terdahulu. Pesakit mungkin perlu belajar bagaimana untuk mandi dan bersiap menggunakan satu tangan sahaja, ataupun cara-cara untuk berkomunikasi dengan berkesan walaupun ketika keupayaan mereka untuk berbahasa adalah terbatas.

Bilakah pemulihan bermula?

Rawatan pemulihan bermula di hospital selepas keadaan perubatan pesakit telah stabil, selalunya dalam masa 24 hingga 48 jam selepas strok. Langkah pertama adalah menggalakkan pergerakan bebas kerana ramai pesakit lumpuh ataupun terlampau lemah. Pesakit didorong untuk kerap mengubah posisi ketika baring di katil dan untuk melakukan pergerakan senaman mudah untuk menguatkan anggota badan yang lemah akibat strok. Peralihan pemulihan pesakit bermula dari berdiri dan beralih dari katil dan kerusi untuk berdiri, menahan berat badan, dan berjalan dengan atau tanpa bantuan. Jururawat dan pembantu pemulihan membantu pesakit melakukan pembaikan untuk tugas yang lebih mencabar seperti mandi, bersiap, dan menggunakan tandas, dan mereka menggalakkan pesakit mula menggunakan anggota badan yang lemah akibat strok untuk melakukan tugas – tugas tersebut.

Untuk sesetengah pesakit strok, pemulihan akan menjadi satu proses berterusan untuk mengekalkan dan memulihkan semula kemahiran dan boleh juga melibatkan pakar – pakar dan memakan masa berbulan – bulan atau bertahun – tahun selepas strok.

Apakah ketidakupayaan akan berlaku akibat dari strok?

Jenis dan tahap ketidakupayaan yang berlaku disebabkan oleh strok bergantung kepada dimana bahagian kerosakan berlaku di otak. Lazimnya, strok akan menyebabkan lima jenis ketidakupayaan: kelumpuhan atau masalah mengawal pergerakan; gangguan saraf termasuk kesakitan; masalah bertutur; masalah berfikir dan ingatan; dan gangguan emosi.

Lumpuh adalah salah satu keadaan tidak upaya yang biasa berlaku akibat daripada strok. Kelumpuhan itu biasanya berlaku di bahagian badan yang bertentangan dengan bahagian otak yang gagal berfungsi akibat daripada strok, dan mungkin memberi kesan pada muka, sebelah lengan, sebelah kaki, atau sebahagian badan. Pesakit – pesakit ini mungkin mengalami kesukaran dalam menjalani aktiviti harian seperti berjalan atau menggenggam objek. Selebihnya mungkin akan mengalami masalah menelan makanan atau keupayaan untuk melaraskan pergerakan, mengakibatkan masalah dengan postur badan, berjalan danimbangan badan.

Pesakit strok mungkin hilang keupayaan untuk merasa sentuhan, kesakitan, suhu, atau kedudukan. Kegagalan deria mengesan boleh juga melambatkan keupayaan untuk mengenalpasti objek yang disentuh pesakit sehingga boleh juga mengakibatkan hilang keupayaan mengenalpasti anggota badan sendiri. Sesetengah pesakit strok mengalami kesakitan, kekebasan atau perasaan ganjil seperti dicucuk – cucuk atau ditusuk di bahagian yang lumpuh atau lemah.

Pesakit strok kerap mengalami pelbagai sindrom kesakitan kronik yang timbul dari kerosakan disebabkan oleh strok pada sistem saraf (kesakitan *neuropathic*). Pesakit yang teramat lemah ataupun lumpuh di bahagian lengan biasanya mengalami kesakitan biasa sehingga boleh menjadi parah dimana ia tersebar dari bahagian bahu.

Kebiasaannya kehilangan perasaan membuang air kecil akan berlaku sebaik sahaja selepas strok dan selalunya akibat daripada kegagalan gabungan fungsi motor dan reseptor. Pesakit strok mungkin hilang keupayaan untuk mengesan keperluan untuk membuang air kecil atau keupayaan untuk mengawal otot – otot pundi kencing. Sesetengahnya mungkin gagal sampai ke tandas tepat pada waktunya. Masalah sembelit juga boleh berlaku.

Dimana pesakit boleh mendapatkan rawatan pemulihan?

Pesakit boleh mendaftarkan diri untuk program pemulihan strok di pusat pemulihan di hospital komuniti, poliklinik atau pusat pemulihan pakar. Mereka akan meluangkan beberapa jam, selalunya 3 hingga 5 hari setiap minggu, di tempat yang mengambil bahagian dalam mengaturkan sesi terapi dan pulang ke rumah pada sebelah petangnya. Servis pemulihan juga ada di pusat pemeliharaan dimana penjagaan penduduk setempat adalah diutamakan.

Rumah pemulihan juga adalah satu alternatif. Pesakit strok boleh mengambil bahagian dalam sesi terapi intensif beberapa jam dalam seminggu atau mengikuti pelan terapi yang lebih mudah. Pelan sebegini sesuai untuk mereka yang tiada kemudahan pengangkutan atau yang memerlukan rawatan hanya dengan satu terapi pemulihan. Menjalankan rawatan di rumah memberi kelebihan kepada pesakit untuk berlatih kemahiran dan membina strategi untuk mewujudkan persekitaran yang lebih baik pada pesakit.

Apakah program pemulihan yang dianjurkan oleh MedicSPA Hydrotherapy?

MedicSPA Hydrotherapy telah digunakan dengan meluas untuk pemulihan pesakit strok. Rawatan ini sangat bagus untuk pesakit yang mengalami lumpuh separuh badan. Kesan urutan buih, bersama-sama dengan pancaran sinaran infra merah dan gelombang ultrasonik, meningkatkan pengaliran darah. Proses ini adalah secara automatik dan keupayaan urutan ini boleh diubah mengikut keadaan pesakit. Untuk mana-mana pesakit, jumlah rawatan dititikberatkan, dimana ia menentukan masa yang diambil pesakit untuk pulih. Kami menyediakan dua pilihan untuk kemudahan pelanggan:

- Rawatan di pusat rawatan. Pesakit mendaftar untuk pakej pemulihan strok dan menjalani rawatan berterusan di pusat rawatan kami.
- Rawatan di rumah. Pesakit menyewa atau membeli peralatan MedicSPA Hydrotherapy supaya mereka boleh menjalani rawatan bebas di kediaman sendiri.

Berjumpalah dengan kami dan kami pasti akan menyarankan program yang paling sesuai untuk anda.

Kami bekerja dengan GP dan klinik untuk bekerjasama mengawasi pemulihan pesakit strok. Pesakit yang dihantar oleh GP pada kami untuk rawatan hydrotherapy adalah digalakkan untuk melakukan penilaian pesakit mereka selepas menjalani rawatan hydrotherapy.