स्ट्रोक सुपर हिरो हुनुहोस् छिटो हुनुहोस् (BE FAST)

स्ट्रोक भनेको के हो?

रगत जमेको वा फुटेको रक्तनलीका कारण रगत (र अक्सिजन) मस्तिष्कमा पुग्न नसक्दा स्ट्रोक हुन्छ।

BE FAST

स्ट्रोकको आकस्मिक संकेतहरू थाहा पाउनुहोस्

- **B** — **B**alance (सन्तुलन): सन्तुलन बिग्रनु वा रिङ्गटा लाग्नु
- **E** — **E**ye (आँखा): दृष्टिमा परिवर्तन
- **F** — **F**ace (अनुहार): अनुहार बाङ्गो हुने
- **A** — **A**rm (पाखुरा): पाखुरा कमजोर वा लाटो हुने
- **S** — **S**peech (बोली): बोली लर्बरिने
- **T** — **T**ime (समय): 9-1-1 मा फोन गरिहाल्नुहोस्

छिटो उपचार = कम मस्तिष्क क्षति

- छिटो उपचारको लागि **9-1-1** मा कल गर्नुहोस् वा स्ट्रोक रोगीलाई सकेसम्म चाँडो अस्पताल लैजानुहोस्
- **स्ट्रोकको उपचार हुन्छ** र व्यक्तिले अस्पतालमा जति चाँडो उपचार पाउन सक्छ, स्ट्रोकबाट मर्ने वा अशक्तता (जस्तै हिँड्न वा बोल्न नसक्ने) हुने सम्भावना कम हुन्छ।

भ्वाइस कमाण्ड

निम्न भन्नुहोस्:

- ओके गुगल, 911 लाई फोन गर
- हे सिरी, 911 लाई फोन गर

लक गरिएको फोनमा

- माथितिर स्वाइप गर्नुहोस् वा होम बटन छुनुहोस्
- इमरजेन्सीमा छुनुहोस्
- 911 डायल गर्नुहोस्

BE FAST Intermountain Healthcare बाट अनुकूलित छ। BE FAST अमेरिकन स्ट्रोक एशोसियसन (American Stroke Association) द्वारा FAST मोडेल कार्यान्वयनको रूपमा, Intermountain Healthcare द्वारा विकसित गरिएको थियो। Intermountain Healthcare को अनुमतिमा पुनरूत्पन्न। सर्वाधिकार 2011, Intermountain Healthcare।

Kansas Department of Health and Environment
AD ASTRA PER ASPERA

KANSAS INITIATIVE FOR STROKE SURVIVAL INC
A Project By & For Kansans