



ĐỘT QUY xảy ra khi có cục máu đông hoặc tình trạng vỡ mạch máu làm gián đoạn hoặc giảm lưu lượng máu đến não.



Cứ sau mỗi **40 GIÂY** sẽ có một người ở Hoa Kỳ bị đột quy.

Cứ sau mỗi **4 PHÚT**, sẽ có một người chết vì đột quy.



HUYẾT ÁP CAO

có thể đồng nghĩa với việc tăng

NGUY CƠ ĐỘT QUY.



80% các trường hợp đột quy có thể được phòng ngừa.



MỆO PHÒNG NGỪA ĐỘT QUY:

- Duy trì cân nặng hợp lý
- Thường xuyên kiểm tra huyết áp và cholesterol
- Hút thuốc lá có thể làm tăng nguy cơ đột quy
- Hoạt động thể chất thường xuyên hàng tuần giúp giảm huyết áp và cholesterol
- Tránh uống quá nhiều bia rượu vì bia rượu có thể làm tăng huyết áp



KANSAS INITIATIVE
FOR STROKE SURVIVAL
INC

A Project By & For Kansans

www.kdhe.ks.gov
www.kissnetwork.us

QUÝ VỊ CÓ BIẾT?

Tháng 5 là tháng Nâng cao Nhận thức về Đột quy

+
Ngày Đột quy Thế giới là ngày 29 tháng 10



Gần **1 TRÊN 6** người Mỹ không biết họ bị huyết áp cao.

Giữ giới hạn natri hàng ngày dưới **1500 MG** nếu huyết áp cao

Huyết áp bình thường được xem là

DƯỚI 120/80



ĐIỀU TRỊ NHANH HƠN = ÍT TỔN THƯƠNG NÃO

- **Gọi 9-1-1** để được điều trị nhanh hoặc đưa bệnh nhân đột quy đến bệnh viện càng nhanh càng tốt
- Phải **sử dụng thuốc làm tan cục máu đông và tiến hành thủ thuật loại bỏ cục máu đông** trong vòng vài giờ kể từ khi có triệu chứng đột quy để giảm nguy cơ bị tàn tật sau đột quy