



ESTWÒK la rive lè yon boul san oswa yon kote ki eklate entewonp oswa diminye kantite san ki prale nan sèvo a.



Nan Etazini, chak **40 SEGOND** gen yon moun ki fè yon estwòk.

Chak **4 MINIT**, gen yon moun ki mouri ak maladi estwòk.



LÈ W GEN TANSYON KI WO

li kapab vle di ou gen pi gwo **RISK POU ESTWÒK.**



80% estwòk kapab evite.



KONSÈY PREVANSYON POU ESTWÒK:



- Kenbe yon pwa ki bon pou sante a
- Tcheke tansyon w ak kolestewòl ou regilyèman
- Fimen sigarèt kapab ogmante risk pou fè estwòk
- Lè w fè yon aktivite fizik chak semèn li kapab ede diminye tansyon ak kolestewòl
- Evite konsome twòp alkòl paske li kapab ogmante nivo tansyon an

Kansas
Department of Health
and Environment



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

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

ÈSKE W TE KONNEN?

Me se Mwa Sansibilizasyon
Kont Maladi Estwòk
+
29 oktòb se Jounen
Mondyal Kont Estwòk



Prèske
1 ameriken sou 6
pa konnensi yo gen
tansyon ki wo.

Kenbe limit sodyòm w ap pran
chak jou a mwens pase
1500 MG
si tansyon an wo

Tansyon yo konsidere
ki nòmal la
ANBA 120/80



**TANK TRETMAN AN FÈT
PI VIT = MWENS DOMAJ
NAN SÈVO A**

- **Rele 9-1-1** pou jwenn tretman rapid oswa mennen pasyan ki fè estwòk la lopital pi vit posib
- **Yo dwe fè pwosedi pou fonn boul san epi bay moun nan medikaman pou retire boul san an** nan kèk èdtan apre moun nan fin gen sentòm estwòk la pou diminye chans pou moun nan vin andikape apre yon estwòk