**Materiale om stroke til kursusorganisationer**

Nedenstående materiale stilles gratis til rådighed for kursusorganisationer, som underviser i førstehjælpskurser o.lign. for voksne, og som ønsker at inkludere stroke i kursusmaterialet til instruktørerne.

**Overordnede kompetencer, som kursisterne skal lære**

Deltageren skal kunne genkende symptomerne på stroke (blødning eller blodprop i hjernen): Stræk, Snak, Smil. Herudover skal kursisten kunne handle hurtigt og ringe 1-1-2 ved pludseligt opståede symptomer på stroke.

**Baggrund om stroke**

I dag er stroke den 4. hyppigste dødsårsag i Danmark og den hyppigste årsag til, at voksne får et handicap. Stroke kan føre til mange forskellige, ofte alvorlige fysiske og mentale handicaps.

Det positive er, at mange kan overleve stroke til et godt liv, hvis der gives behandling hurtigt. Når en borger får et stroke, tæller hvert minut, og det gælder, at jo hurtigere behandling startes efter de første tegn på stroke, jo bedre er resultatet.

De fleste tilfælde af stroke skyldes en blodprop i hjernen (85 %). De øvrige tilfælde af stroke skyldes en hjerneblødning (15 %). En blodprop i hjernen opstår, når blodet klumper sig sammen og sætter sig fast som en prop i et blodkar i hjernen, mens en hjerneblødning opstår, hvis der går hul på et blodkar et svagt sted i blodkarvæggen. I begge tilfælde betyder det, at blodgennemstrømningen til det område i hjernen, som blodkarret forsyner, bliver for lav til, at hjernecellerne får tilstrækkeligt ilt og næring. Dette medfører en begyndende skade på hjernecellerne, som kan give permanente funktionstab som f.eks. nedsat kraft i den ene side af kroppen eller evnen til at læse eller tale, hvis ikke ilttilførslen genoprettes ved, at proppen hurtigt opløses, eller blødningen standses.

**Indhold – vigtigste pointer at lære kursisterne:**

* Symptomerne på et stroke kan genkendes ved at følge Stræk, Snak, Smil-remsen og kan undersøges på følgende måder:
	+ Stræk: Bed personen om at løfte armene eller løft selv personens arme i cirka 10 sekunder. Hvis armene falder ned, ringes 1-1-2.
	+ Snak: Bed personen om at gentage en sætning, eksempelvis ”Orkestret spillede og publikum klappede”. Hvis personen ikke kan tale, taler utydeligt eller siger noget forkert, ringes 1-1-2.
	+ Smil: Bed personen om at smile. Hvis der er en ualmindelig skævhed i ansigtet eller asymmetri, når personen forsøger at smile, ringes 1-1-2.
* I nogle tilfælde kan symptomerne også omfatte synsudfald, pludselig opstået dobbeltsyn, følelsesløshed, styrringsbesvær eller lammelse/kraftnedsættelse i ben eller andet.
* Det gør sjældent ondt, når man får et stroke, og derfor kan der nemt gå tid før, man opdager, at der er noget galt.
* Hyppigst kommer symptomer på et stroke fra det ene sekund til det andet, og det er vigtigt at reagere hurtigt på pludseligt opståede symptomer.
* Man skal ikke gøre andet end at reagere hurtigt og ringe 1-1-2. Det anbefales f.eks. ikke at give patienten medicin.
* Lige så snart der mistænkes et stroke, er det vigtigt at ringe 1-1-2 og oplyse om, at stroke mistænkes.
* Når en borger får et stroke, tæller hvert minut. Alle patienter med et stroke skal behandles på en strokeunit af et tværfagligt team. Akut vurdering er vigtig for at give den rigtige behandling (dvs. trombolyse, der opløser blodpropper medicinsk, eller trombektomi, der skaber fri passage ved et mindre kirurgisk indgreb). Jo hurtigere behandling startes efter de første tegn på stroke, jo bedre er resultatet.

**Overvej, hvordan du kan hjælpe deltagerne med at huske Stræk-Snak-Smil-remsen og andre faglige pointer ved:**

* At gøre det tydeligt for deltagerne, hvad der er målet med dagens undervisning.
* At bruge gentagelser løbende i undervisning (sig fx Stræk,Snak,Smil-remsen, når der er naturlige pauser eller skift i undervisningen)
* At have visuelle elementer med (vis Stræk, Snak, Smil-remsen visuelt for deltagerne fx i power point, uddelingsark mv.)
* At sørge for, at deltagerne bruger sproget og selv får mulighed for at sige remsen højt mange gange i løbet af undervisningen

