



# Tietoa aivoverenkiertohäiriöistä

Aivoliitto 



SELKO-OPAS

<b>Aivoverenkiertohäiriöt (AVH) .....</b>	<b>3</b>
Aivoverenkiertohäiriön oireita .....	4
Aivoverenkiertohäiriöiden riskitekijät .....	5
Aivoinfarkti .....	6
Aivoverenvuoto .....	6
TIA-kohtaus .....	6
Aivopuoliskojen toiminta.....	7
Aivoverenkiertohäiriön jälkeen .....	9
Kuntoutuminen .....	10
<b>Neuropsykologiset puutosoireet.....</b>	<b>11</b>
Kielelliset häiriöt eli afasiat .....	11
Tahtonalaisten liikkeiden häiriöt eli apraksiat .....	12
Huomiotta jäämisen häiriö eli neglect .....	12
Muistihäiriöt eli amnesiat.....	12
Hahmottamiseen liittyvät erityisvaikeudet .....	13
Oiretiedostuksen puutteellisuus eli anosognosia .....	13
Yleisluonteiset häiriöt.....	14
Muutokset mielialassa.....	14
Dysartria .....	15
Dysfagia eli nielemishäiriö .....	15
<b>Aivoverenkiertohäiriön jälkeen.....</b>	<b>16</b>
Autolla ajaminen .....	16
Liikunta .....	17
Alkoholin käyttö .....	18
Lähteet.....	19

3. uudistettu painos  
 ISBN 978-952-5058-31-4  
 Julkaistu 12/2013  
 Aivoliitto ry

# Aivoverenkiertohäiriöt (AVH)

Aivoverenkiertohäiriö on aivojen toimintahäiriö.

Se johtuu aivokudoksen vaurioitumisesta.

Aivoverenkiertohäiriö syntyy aivoverisuonen tukoksesta eli aivoinfarktista tai aivoverisuonen repeämän aiheuttamasta verenvuodosta.

Aivojen toimintahäiriöitä aiheuttavat myös aivovammat, aivokasvaimet tai aivotulehdukset.

## AVH numeroina

- Aivoverenkiertohäiriön sairastaneita ihmisiä elää Suomessa noin 82 000.
- Joka vuosi aivoverenkiertohäiriöön sairastuu noin 25 000 ihmistä.
- Joka päivä sairastuu siis 68 ihmistä.

## Aivoverenkiertohäiriön oireita

Aivoverenkiertohäiriöiden tärkeimpiä oireita ovat

- halvausoireet: toispuoleinen käden tai jalan voimattomuus tai tunnottomuus
- suupielen roikkuminen
- puhehäiriö
- näköhäiriö joko toisessa tai molemmissa silmissä tai kaksoiskuvat
- tasapainohäiriö, kävelyvaikeus ja huimaus yhdessä.

Oireet ovat useimmiten kivuttomia.

Aivoverenvuotoon voi liittyä

äkillinen ja kova päänsärky.

Soita apua, vaikka oireet menisivät nopeasti ohi.

Oikea hoitopaikka on sairaala, ei terveyskeskus.

**Nopeus on aivojen pelastus – SOITA 112!**



# Aivoverenkiertohäiriöiden riskitekijät

Aivoverenkiertohäiriöiden tärkeimmät riskitekijät ovat

- kohonnut verenpaine
- sydänsairaudet
- sokeritauti
- rasva-aineenvaihdunnan sairaudet, esimerkiksi korkea kolesteroli
- tupakointi
- ylipaino
- liikunnan puute
- perinnölliset tekijät.

Miehillä on suurempi riski sairastua kuin naisilla.

Myös iäkkäät sairastuvat useammin kuin nuoret.

Syitä aivoverenkiertohäiriöön on usein monia.

Joskus häiriö voi syntyä myös runsaan alkoholin käytön, tulehdussairauden tai kovan henkisen tai ruumiillisen ponnistuksen seurauksena.

Pidä verenpaine kunnossa!  
Sairastumisen jälkeenkin verenpainetta pitää seurata tarkasti.



## Aivoinfarkti

Aivoinfarktin syynä on, että valtimosuonet kovettuvat ja ahtautuvat. Suoneen syntyy tukos.

Se estää verenkierron ja jokin kudus jää ilman happea.

Aivojen hermosolut eivät pärjää ilman happea.

Ne vaurioituvat pysyvästi lyhyessä ajassa.

## Aivoverenvuoto

Aivoverenvuodossa valtimosuoni repeää.

Silloin veri vuotaa joko aivoaineeseen (ICH)

tai lukinkalvon alaiseen tilaan (SAV).

SAV johtuu usein synnynnäisen pullistuman repeämisestä valtimosuonessa.

Pullistumaa kutsutaan myös aneurysmaksi.

Verenvuoto aivoissa aiheuttaa kudolvaurioita.

Veri imeytyy vähitellen pois aivoista.

## TIA-kohtaus

TIA-kohtaus tarkoittaa aivoverenkierron häiriötä, joka menee nopeasti ohi.

Aivot eivät vaurioidu.

Kohtaus on merkki aivoverenkierron sairaudesta.

Se myös varoittaa aivoinfarktista.

TIA-kohtaukset kestävät usein vain muutaman minuutin tai enintään tunnin.

Kohtauksen oireet ovat samat kuin aivoinfarktissa.

TIA-kohtauksen saaneen henkilön pitää lähteä heti hoitoon sairaalaan.

# Aivopuoliskojen toiminta

Aivot säätelevät ihmisen toimintaa.

Molemmilla aivopuoliskoilla on oma tehtävänsä.

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen sairastuneella voi olla erilaisia ongelmia.

## Vasen aivopuolisko

Vasemman aivopuoliskon vaurioon liittyviä oireita ovat muun muassa

- kehon oikean puolen halvaus
- kehon oikean puolen tuntopuutos
- näkökentän puutos oikealla puolella
- puheen tuottamisen vaikeus
- puheen ymmärtämisen vaikeus
- lukemisen ja kirjoittamisen vaikeudet
- laskemisen vaikeus
- tahdonalaisten liikkeiden häiriö.

Aivoverenkiertohäiriö aivojen vasemmalla puolella aiheuttaa oireita kehon oikealla puolella.

## Oikea aivopuolisko

Oikean aivopuoliskon vaurioon liittyviä oireita ovat muun muassa

- kehon vasemman puolen halvaus
- kehon vasemman puolen tuntupuutos
- näkökentän puutos vasemmalla puolella
- tarkkaavaisuushäiriöt
- vasemman puolen jääminen huomiotta eli neglect
- vaikeus ymmärtää, että on sairas.

Aivoverenkiertohäiriö aivojen oikealla puolella aiheuttaa oireita kehon vasemmalla puolella.

Muistiinpanoja:

---

---

---

---

---

---

---



# Aivoverenkiertohäiriön jälkeen

Aivot säätelevät ihmisen toimintaa.

Aivoverenkiertohäiriö vaikuttaa ihmiseen monella tavalla.

Joillakin se vaikeuttaa liikkumista.

Toisten on vaikea puhua.

Joitakin ihmisiä masentaa, eikä heitä huvita lähteä muiden ihmisten pariin.

Aivoverenkiertohäiriö voi aiheuttaa pysyviä tai väliaikaisia halvausoireita.

Halvausoireet voivat vaikeuttaa esimerkiksi

- liikkumista
- syömistä
- pukeutumista
- hygienian hoitamista
- harrastuksia
- toisten ihmisten tapaamista.

Muistiinpanoja:

---

---

---

---

---

---

---

# Kuntoutuminen

Aivoverenkiertohäiriöstä seuraa usein pitkäaikaisia tai pysyviä oireita. Kuntoutuksen tarve ja pituus vaihtelevat jokaisen sairastuneen kohdalla. Kuntoutuksella palautetaan toimintakykyä.

Sairastumisen jälkeen on erittäin tärkeää saada välittömästi tehokasta kuntoutusta. Kuntoutussuunnitelma tehdään sairastuneen, hänen omaistensa ja eri ammattilaisten kanssa.

Sairastunutta auttavia ammattilaisia voivat olla

- neurologian erikoislääkäri
- sairaanhoitaja
- fysioterapeutti
- puheterapeutti
- neuropsykologi
- toimintaterapeutti
- kuntoutusohjaaja
- sosiaalityöntekijä.

Sairastuneen oma kiinnostus kuntoutumistaan kohtaan on tärkeää. Sairaalajakson jälkeen sairastunut voi saada avo- ja laituskuntoutusta.

Kuntoutuksella parannetaan sairastuneen kykyä toimia arjessa.

Sairastuminen aiheuttaa usein suuren muutoksen elämässä sekä sairastuneelle että hänen läheisilleen.

Muutoksia käsitellään esimerkiksi sopeutumisvalmennuskurssilla.

# Neuropsykologiset puutosoireet

Aivoverenkiertohäiriöstä johtuvia henkisten toimintojen häiriöitä kutsutaan neuropsykologisiksi häiriöiksi eli puutosoireiksi.

Ne eivät ole mielenterveyden häiriöitä.

## Kielelliset häiriöt eli afasiat

Afasialla tarkoitetaan sitä, että henkilöllä on vaikeuksia kielen ja puheen käytössä.

Se ilmenee eri ihmisillä eri tavoin.

Afasiaa sairastavalle henkilölle vaikeita asioita voivat olla

- puhuminen
- puheen ymmärtäminen
- kirjoittaminen ja lukeminen
- rahan käyttäminen
- uudessa paikassa liikkuminen
- omien asioiden hoitaminen, esimerkiksi lääkkeiden ottaminen tiettyyn kellonaikaan.

Suru ja masennus ovat tuttuja tunteita monelle, jotka ovat sairastuneet afasiaan.

Afasian takia heidän on vaikea vaihtaa ajatuksia muiden ihmisten kanssa.

## **Tahdonalaisten liikkeiden häiriöt eli apraksiat**

Apraksian takia sairastuneen on vaikea tehdä niitä liikkeitä, joita hän itse haluaisi tehdä. Apraksia ei johdu halvauksesta eikä tuntepuutoksesta. Häiriö vaivaa yleensä molempia käsiä.

Tuttujen liikkeiden suorittaminen on vaikeaa. Esimerkiksi kirjeen laittaminen kirjekuoreen tai perunan kuoriminen eivät onnistu. Häiriö voi vaikuttaa myös puheeseen. Silloin puhe voi puuttua kokonaan tai olla epäselvää.

## **Huomiotta jäämisen häiriö eli neglect**

Aivoverenkiertohäiriöstä voi syntyä häiriö, jossa sairastunut ei huomioi toista puolta. Häiriö koskee yleensä vasenta puolta. Se voi koskea sekä omaa kehoa että ympäristöä.

Sairastunut voi esimerkiksi pestä vain oikean puolen kasvoistaan. Hän voi myös jättää vasemman raajansa huonoon asentoon.

Sairastunut satuttaa itsensä helposti, sillä hän ei välttämättä huomaa häiriötä itse.

## **Muistihäiriöt eli amnesiat**

Yksittäinen aivoverenkiertohäiriö aiheuttaa harvoin vakavan yleisen muistihäiriön. Muistihäiriöitä voi kuitenkin esiintyä joissain asioissa.

Ennen sairastumista tapahtuneet asiat muistetaan yleensä hyvin. Lieväkin muistihäiriö voi silti vaikuttaa paljon kykyyn tehdä työtä.

## **Hahmottamiseen liittyvät erityisvaikeudet**

Sairastuneen voi olla vaikea tunnistaa aikaisemmin tuttuja asioita, esimerkiksi ystävien kasvoja. Tätä kutsutaan nimellä visuaalinen agnosia.

Sairastuneen voi olla vaikea arvioida, kuinka kaukana jokin esine on. Kellonaikoja voi olla vaikea tunnistaa. Tätä kutsutaan nimellä visuospatiaalinen häiriö.

Sairastuneen voi olla vaikea tehdä erilaisia asioita. Hän ei ehkä osaa enää keittää kahvia tai pystyttää silityslautaa. Tätä kutsutaan nimellä visuokonstruktiivinen toiminta.

## **Oiretiedostuksen puutteellisuus eli anosognosia**

Oiretiedostuksen puutteellisuus tarkoittaa, että sairastunut ei tunnista sairauden aiheuttamia oireita. Hän ei välttämättä tunnista, että on halvaantunut.

Sairastunut voi myös vähätellä oireitaan. Silloin hän luulee pystyvänsä tekemään enemmän asioita kuin oikeasti pystyy. Sairastunut ei tiedä, miksi hän on sairaalassa ja mikä häntä vaivaa.

## Yleislunteiset häiriöt

Aivoverenkiertohäiriöön sairastuneilla todetaan usein myös yleislunteisia häiriöitä. Niitä ovat muun muassa

- aloitekyvyn vaikeutuminen
- tarkkaavaisuuden huononeminen
- toimintojen hallitsemisen heikentyminen
- hätäisyys.

## Muutokset mielialassa

Sairastumisen jälkeen on tavallista, että sairastunut on ahdistunut ja jännittynyt. Hänen mielialansa vaihtelevat.

Sureminen auttaa käsittelemään sairauden aiheuttamia menetyksiä. Suruun ei välttämättä tarvita lääkitystä tai terapiaa.

Moni aivoverenkiertohäiriöön sairastunut masentuu. Silloin hän voi tarvita muiden apua. Apua masentuneeseen mielialaan voi kysyä esimerkiksi omalta lääkäriltä.

Monet sairastuneet itkevät useammin kuin ennen. Tämä ei välttämättä tarkoita, että he olisivat masentuneita.



## Dysartria

Dysartriasta kärsivällä on ongelmia kasvojen, suun, nielun ja kurkunpään alueen toiminnassa.

Ongelmat johtuvat usein halvauksesta.

Sairastuneen puhe voi muuttua epäselväksi.

Hänen äänensä voi olla heikko tai vuotava.

Sairastunut saattaa myös puhua hitaammin kuin ennen.

Dysartriaa sairastava lukee ja kirjoittaa

kuten ennen sairastumistaan.

Kun häiriö liittyy afasiaan, myös lukeminen

ja kirjoittaminen on vaikeaa.

## Dysfagia eli nielemishäiriö

Ihminen ohjaa osittain itse nielemistä.

Kun nieleminen on vaikeaa, puhutaan dysfagiasta.

Nielemistä vaikeuttavat muun muassa halvauksesta johtuvat ongelmat.

Nielemishäiriötä voi epäillä, kun

- pureskelu on hidasta ja tehotonta
- nielemistä on vaikea aloittaa
- ruoka tai juoma menee ”väärään kurkkuun”
- syöminen ja juominen yskittävät.

Ruoan ja juoman kulkeminen henkitorveen on vaarallista.

Sen takia nielemisvaikeus pitää aina tutkia ja hoitaa hyvin.

Puheterapeutit tutkivat ja hoitavat nielemisvaikeuksia.

# Aivoverenkiertohäiriön jälkeen

## Autolla ajaminen

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen ajokyky pitää tarkistaa. Lääkäri arvioi sairastuneen ajokykyä tutkimalla muun muassa näitä asioita

- käsien ja jalkojen hallinta
- näkökyky
- tarkkaavaisuuden ja havainnoimisen häiriöt
- hahmottamisen häiriöt
- tiedon käsittelyn nopeus
- väsyvyys
- kuormittumisalttius.

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen määrätään ajokielto. Se koskee kaikkia moottoriajoneuvoja. Ajokielto voi olla voimassa tietyn ajan tai olla pysyvä. Aina lääkärintutkimuksesta ei selviä, voiko sairastunut ajaa autoa. Tällöin järjestetään ajokoe.

Lääkärin pitää ilmoittaa poliisille, jos sairastunut ei saa ajaa autoa enää ollenkaan.

Sairastunut, tai joissakin tapauksissa hänen omaisensa, voi hakea invalideille myönnettävää autoveronpalautusta.

Lisätietoja voit saada: [www.tulli.fi](http://www.tulli.fi) tai p. 020 690 600.



## Liikunta

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen pitää ottaa huomioon monta asiaa, ennen kuin rasittaa itseään tai aloittaa liikunnan harrastamisen.

Oma lääkäri antaa luvan rasituksen lisäämiseen.

Fysioterapeutti ohjaa tarpeen mukaan liikunnan alussa.

Sairastumisen jälkeen voi löytää uusia tapoja liikkua.

Sairastuminen ja toipuminen huonontavat yleiskuntoa, joten pienikin liikunta on hyväksi.

Monissa kunnissa ja AVH-yhdistyksissä on erityisliikuntaryhmiä.

Niihin voivat osallistua myös ihmiset, jotka liikkuvat huonommin.

Hyviä liikuntamuotoja ovat muun muassa

- kävely
- kuntopyöräily
- pallopelit
- golf
- hiihto
- uinti ja allasvoimistelu
- venyttely
- kuntosaliharjoittelu.



Ennen uimisen ja pyöräilyn aloittamista kannattaa keskustella lääkärin tai fysioterapeutin kanssa.

Molemmat lajit vaativat hyvää tasapainon ja raajojen hallintaa. Sairauden jälkeen uintitaito on voinut kadota, vaikka olet osannut uida aikaisemmin.

## Alkoholin käyttö

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen runsas alkoholinkäyttö on erityisen haitallista.

Sairauden takia verenkierto ja hermosto ovat olleet kovassa rasituksessa.

Runsas alkoholinkäyttö voi lisätä niiden vaurioita.

Alkoholi voi vaikuttaa liikuntakykyyn eri tavalla kuin ennen, koska myös sairaus on muuttanut liikuntakykyä. Lisäksi täytyy ottaa huomioon alkoholin ja lääkkeiden yhteisvaikutukset.

Lääkärin kanssa kannattaa keskustella, voiko omien lääkkeiden kanssa nauttia alkoholia ollenkaan.

Alkoholi aiheuttaa erityisesti tasapaino-ongelmista kärsiville kaatumisriskin.

Kaatumisesta voi seurata vammoja, jotka haittaavat aivoverenkiertohäiriöstä kuntoutumista.



## Lähteet

TYKS 711:

<http://ohjepankki.vsshp.fi/fi/tulosta/2813/5066/>

TYKS 712:

<http://ohjepankki.vsshp.fi/fi/2810>

[www.tulli.fi](http://www.tulli.fi)

Jehkonen M., Hänninen R., Norvasuo-Heilä M-K.,  
Ylikoski R.

Neuropsykologiset puutosoireet.

Aivohalvaus- ja dysfasialiitto ry.

Kuikka P. (toim.).

Ensiopas aivohalvauksesta.

Aivohalvaus- ja dysfasialiitto ry 1993.

Rautakoski P., Tuomiranta L.

Afasia – oireet, keskustelukeinot,

keskustelun tukeminen.

Aivohalvaus- ja dysfasialiitto ry 2009.

# Älä jää yksin - tule mukaan toimintaamme!

Aivoverenkiertohäiriön jälkeen on edessä elämänmuutos sekä sairastuneelle että omaisille. Aivoliiton yhdistyksissä tapaa toisia ihmisiä, jotka ovat samassa elämäntilanteessa.

Jäsenetuja ovat muun muassa AVH-lehti ja yhdistyksen palvelut.

Aivoliitto valvoo jäsentensä etuja. Se pitää esillä muun muassa puhevammaisten asioita. Tärkeä tehtävä on myös aivoverenkiertohäiriöiden ennaltaehkäisy.

Aivoliitto järjestää sopeutumisvalmennuskursseja. Kurseilla annetaan tietoa, vertaistukea ja keinoja selviytyä arjessa.

Aivoliiton Kommunikaatiokeskuksessa Turussa on esillä erilaisia kommunikoinnin apuvälineitä ja kuntoutusohjelmia.

Siellä voi tutustua puhetta tukeviin ja korvaaviin välineisiin.

**Aivoliitto** 

**Aivoliitto ry**

Suvilinnantie 2

20900 Turku

p. 02 2138 200

[info@aivoliitto.fi](mailto:info@aivoliitto.fi)

[www.aivoliitto.fi](http://www.aivoliitto.fi)

[www.facebook.com/Puhetta](https://www.facebook.com/Puhetta)