



29 ОКТЯБРЯ

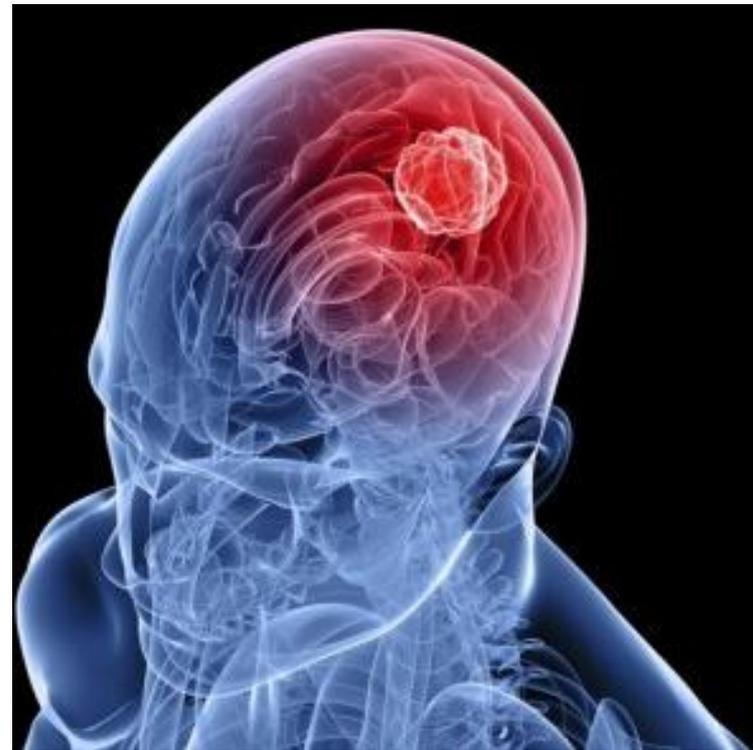
**ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ
С ИНСУЛЬТОМ**

- Сегодня отмечается **Всемирный день борьбы с инсультом**.
- В России от этого недуга ежегодно погибает порядка 200 000 человек, ещё столько же - остаются инвалидами.
- Очень часто ни сами больные, ни люди, которые их окружают, даже не подозревают, что у них - инсульт.
- А ведь от правильного и быстрого "распознавания" болезни и оказания первой помощи зависит дальнейшая жизнь и здоровье человека.



Инсульт (апоплексия) - острое нарушение мозгового кровообращения, характеризующееся внезапным появлением очаговой и/или общемозговой неврологической симптоматики.

Сосудистые заболевания мозга занимают второе место в структуре смертности от заболеваний системы кровообращения после ишемической болезни сердца.



Ежегодно в мире регистрируется около 12 миллионов инсультов, а в России более 450 тыс., то есть каждые 1,5 минуты у кого-то из россиян развивается это заболевание. В крупных мегаполисах России количество острых инсультов составляет от 100 до 120 в сутки.

Инсульт в настоящее время является одной из основных причин инвалидизации населения. Инвалидами становятся 70—80 % выживших после инсульта, причём примерно 20—30 % из них нуждаются в постоянном постороннем уходе.

Летальность у больных с инсультами во многом зависит от условий лечения в остром периоде.

Ранняя 30-дневная летальность после инсульта составляет 35 %. В стационарах летальность составляет 24 %, а у лечившихся дома — 43 %.

В течение года умирает около 50 % больных.

Виды инсульта

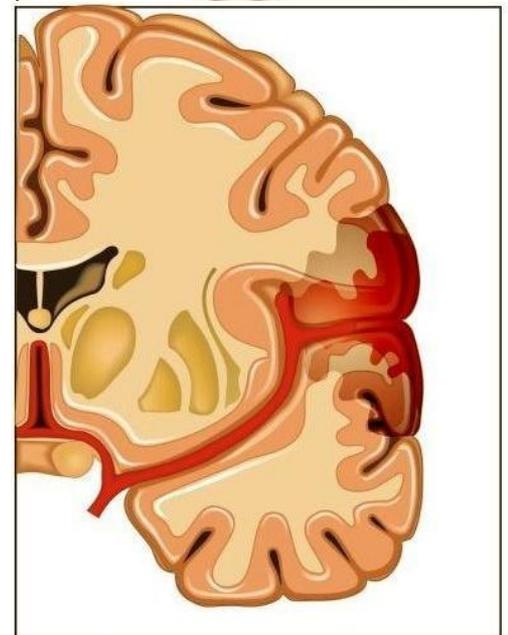
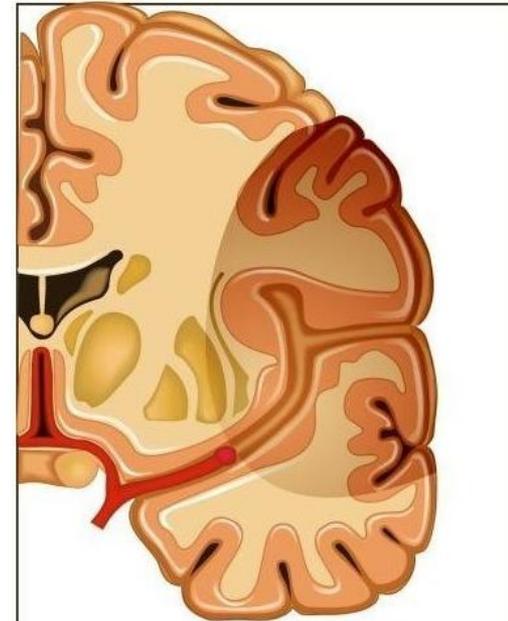
Разделяют два вида инсульта: ишемический и геморрагический.

Ишемические инсульты составляют 70—85 % случаев. Они характеризуются закупоркой кровеносных сосудов, что влечет за собой кислородное голодание клеток мозга с их последующим отмиранием.

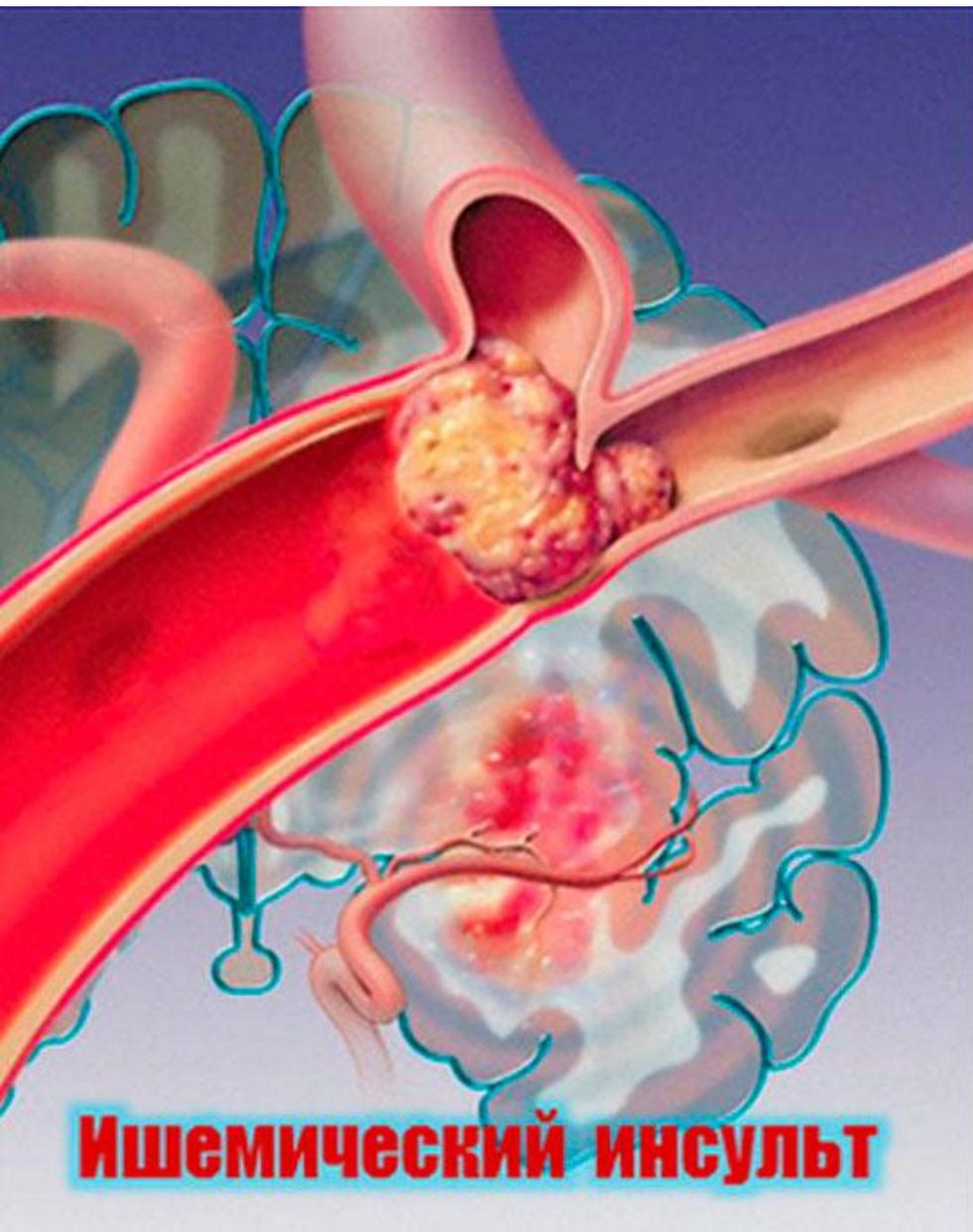
Второй тип инсульта - геморрагический диагностируется при разрыве сосуда в головном мозге. Это может случиться вследствие высокого давления крови. Кровоизлияния в мозг — 20—25 % случаев.

Геморрагический инсульт более опасен и в 80% случаев ведет к летальному исходу.

Ишемический инсульт



Геморрагический инсульт



Признаки ишемического инсульта

Своевременное оказание помощи при инсульте играет жизненно-важную роль. Именно поэтому необходимо вовремя распознать проявление болезни и обратиться к врачу.

К общим признакам инсульта относятся.

1. Сильная головная боль, головокружение.
2. Тошнота, рвота.
3. Несвязность речи и мысли.
4. Потеря памяти.
5. Онемение части лица, конечностей.
6. Редкий пульс.
7. Потеря равновесия, нарушение координации.

Человек, который переживает приступ инсульта, не сможет улыбнуться, поднять руки на один уровень, повторить элементарную фразу. Высунутый язык будет отклонен в сторону.



5 шагов быстрой диагностики инсульта

1
Внезапная слабость, онемение конечности (руки, ноги, пальца), части лица или тела



2
Головокружение, потеря равновесия, нарушение координации



3
Человек не может повторить предложение, речь невнятна, он не понимает, чего от него хотят



4
Человек не может показать язык или тот сжимается в одну сторону



5
Пытаясь улыбнуться, человек не может совладать с мимикой, улыбка получается искривлённой или односторонней

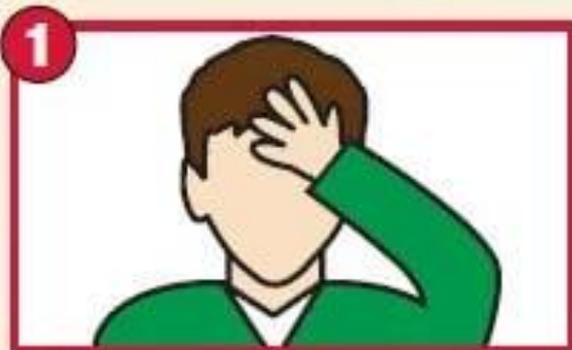


При появлении даже одного из этих симптомов, срочно вызывайте «скорую помощь»!



Это время с момента проявления первых симптомов, когда развития необратимых изменений в мозге можно избежать

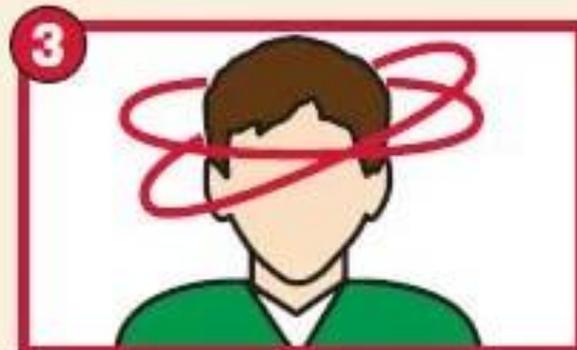
Как распознать инсульт (для обращения к врачу достаточно одного признака)



1
Внезапная слабость, онемение в руке или ноге



2
Нарушение речи или её понимания



3
Потеря равновесия, нарушение координации, головокружение



4
Обморок, потеря сознания



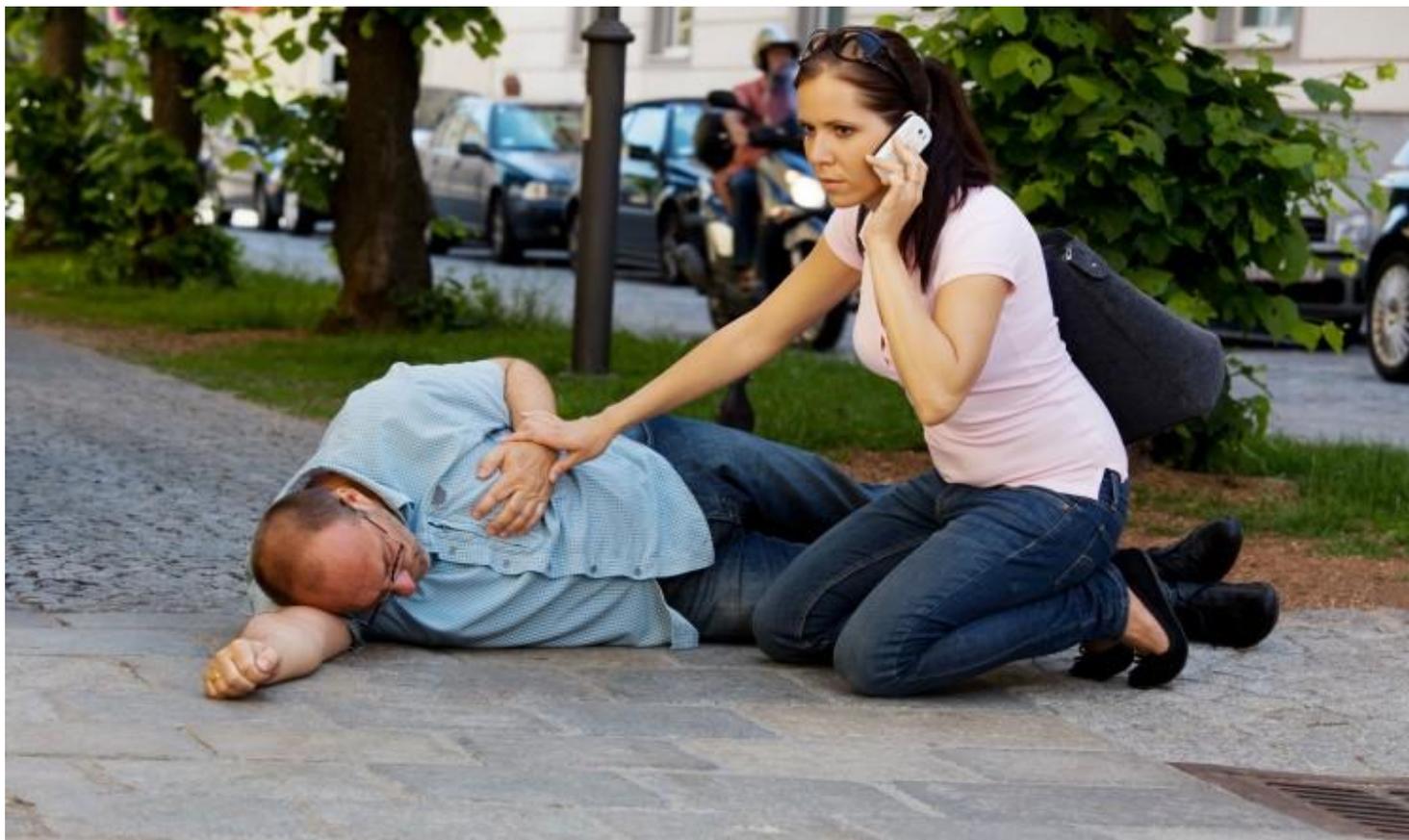
5
Резкая головная боль



6
Онемение губы, половины лица, перекося лица

Первая помощь при инсульте

Первая помощь при инсульте - это вызов скорой! Если вы вовремя вызовете неотложку, вы уже сделаете практически всё для спасения человека от последствий инсульта.



Что делать до приезда медиков



Поднимите голову больного над уровнем тела на 30 градусов. При этом на подушке, свернутом одеяле или одежде должны быть также и плечи, чтобы не ухудшался кровоток по позвоночным артериям.



Переверните его на правый бок. Подложите пакет/таз на случай рвоты.



Ослабьте стесняющую одежду. Расстегните воротничок, ремень, пуговицы и откройте пошире окна.

Измерьте больному давление. При значениях от 140/90 дайте ему выпить его лекарства от гипертонии. Если это невозможно, опустите ноги больного в таз с горячей водой или обложите бутылками с водой 40-43°C.



При неритмичном дыхании начинайте реанимацию. Не ждите потери сознания и пульса: проводите непрямой массаж сердца 15-20 надавливаний, чередуя его с двумя вдохами рот в рот. На дыхание должно уходить не больше 10с.



Факторы риска развития инсульта

- Высокое содержание холестерина в крови.
- Артериальная гипертензия.
- Сахарный диабет.
- Заболевания сердца.
- Малоподвижный образ жизни.
- Лишний вес.
- Возраст.
- Курение.
- Наркотики.
- Алкоголь.
- Нарушения свертывания крови.
- Апноэ во сне.
- Предыдущие случаи инсульта, инфаркта сердца.
- Болезнь сонных артерий и периферических сосудов.

Чтобы предотвратить ИНСУЛЬТ:

Соблюдайте правила
рационального питания



Контролируйте
артериальное давление



Откажитесь
от курения

Не употребляйте
алкоголь



**Будьте
здоровы!**

Занимайтесь
физической
культурой



Проверяйте уровень
холестерина
и сахара
в крови



Избегайте
стресса



Пройдите диспансеризацию – сохраните свое здоровье!