



**Служба  
здоровья**



8 800 200 0 200  
TAKZDOROVU.RU



**ТЕРРИТОРИЯ  
ЗДОРОВЬЯ**

## **ПОДАВЛЯЮЩЕЕ БОЛЬШИНСТВО ИНСУЛЬТОВ МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ С ПОМОЩЬЮ:**



**КОНТРОЛЯ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ,  
ХОЛЕСТЕРИНА И ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ**



**СБАЛАНСИРОВАННОГО ПИТАНИЯ**



**РЕГУЛЯРНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ**



**ОТКАЗА ОТ КУРЕНИЯ**

**Неделя борьбы с инсультом, в честь Всемирного дня борьбы с инсультом  
29 октября.**

Инсульт – это острое нарушение кровоснабжения головного мозга, которое характеризуется внезапным появлением очаговой и/или общемозговой неврологической симптоматики, сохраняющейся более 24 часов. К инсультам относят инфаркт головного мозга (ишемический инсульт), кровоизлияние в мозг (геморрагический инсульт) и субарахноидальное кровоизлияние.

Первые упоминания о симптоматике болезни встречаются еще до нашей эры (Гиппократ связывал потерю сознания с патологиями мозга, а Гален ввел термин «апоплексия» – стремительное кровоизлияние в мозг или другие органы).

Сосудистые заболевания головного мозга продолжают оставаться важнейшей медико-социальной проблемой современного общества, что обусловлено их высокой процентной долей в структуре заболеваемости и смертности населения, значительными показателями временных трудовых потерь и первичной инвалидности.

Можно выделить шесть симптомов мозгового инсульта, которые могут проявляться как в изолированном виде, так и в определенном сочетании друг с другом:

- слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела);
- онемение и/или асимметрия лица;
- нарушение речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов;
- нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов);
- трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации;
- сильная головная боль.

У части людей некоторые из симптомов возникают и длятся недолго – от нескольких минут до часа, они могут пройти самостоятельно. В основе этого явления временное прекращение кровотока по мозговой артерии. Подобное состояние врачи называют транзиторной ишемической атакой или микроинсультом.

Согласно данным ВОЗ, факторы риска, связанные с инсультом, можно свести к четырем категориям:

- 1) Основные модифицированные факторы риска (повышенное артериальное давление, сахарный диабет, повышенный уровень холестерина, низкий уровень физической активности, ожирение, курение, мерцательная аритмия и другие заболевания сердца.
- 2) Другие модифицированные факторы риска (психические расстройства, хронический стресс, злоупотребление алкоголем, употребление наркотиков, определенные медикаменты).
- 3) Немодифицированные факторы риска (возраст, наследственность, национальность, раса, пол).
- 4) «Новые» факторы риска (гипергомоцистеинемия, васкулиты, нарушение свертывающей системы крови).

Необходимо знать, что очень важно сразу распознать симптомы инсульта, ведь чем раньше начато лечение, тем лучше человек восстанавливается после инсульта. При возникновении подозрений на инсульт необходимо срочно вызвать бригаду скорой медицинской помощи и немедленно госпитализировать пациента. Экстренность госпитализации и начала терапии обусловлена существованием для инсульта так называемого терапевтического окна (4-4,5 часа), начало лечения в пределах которого может свести к минимуму или вовсе устранить тяжелые последствия этого заболевания.

Инсульта можно избежать, если вести здоровый образ жизни и проводить профилактические мероприятия. Профилактика инсульта базируется на основных принципах здорового образа жизни.