

23 – 29 октября
Неделя борьбы с инсультом
(в честь Всемирного дня борьбы с инсультом 29 октября)

Симптомы инсульта:

1. Головокружение, потеря равновесия и координации движения;
2. Проблемы с речью;
3. Онемение, слабость или паралич одной стороны тела;
4. Потемнение в глазах, двоение предметов или их размытие;
5. Внезапная сильная головная боль.

Факторы риска:

1. Пожилой возраст (особенно после 65 лет);
2. Артериальная гипертензия увеличивает риск ишемического инсульта вдвое;
3. Повышенный уровень холестерина в крови;
4. Атеросклероз;
5. Курение;
6. Диабет;
7. Перенесенные и существующие заболевания сердца, особенно мерцательная аритмия, мерцательная аритмия и инфаркт миокарда.

Риск развития инсульта повышает наличие сопутствующих заболеваний, к которым относят гипертоническую болезнь, высокий уровень холестерина в крови, сахарный диабет, ожирение. Если подобрана адекватная терапия и пациент четко выполняет назначения врача, это минимизирует риски.

Отказ от досаливания готовой пищи, в том числе блюд в организациях общественного питания, а также ограничение потребления продуктов с высоким содержанием соли.

29
октября **ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ
БОРЬБЫ С ИНСУЛЬТОМ**

МИФЫ И ПРАВДА ОБ ИНСУЛЬТЕ



Существует таблетка от инсульта



Препаратов, восстанавливающих мозговую ткань, нет



Нужно лежать



Неподвижность после инсульта губительна (восстановление – это активность!)



Время лечит



Для реабилитации есть год. Далее человек останется с тем, чего добился за это время



Поддерживающие курсы препаратов внутривенно 2 раза в год



Важна терапия заболеваний, которые привели к инсульту (гипертония, диабет и др)



Физические упражнения на износ



Заниматься ЛФК нужно не более 5 раз в неделю по 20-30 минут несколько раз в день



Массаж и физиотерапия помогут вылечиться от инсульта



Массаж и физиотерапия могут быть эффективны, но только как дополнение, и не для всех пациентов

ОТВЕТИМ НА ВАШИ ВОПРОСЫ!

благотворительный проект

Патронажная служба Каритас

 www.caritas-ps.ru  8-923-701-61-71  @caritas_siberia



КАК РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ



СИМПТОМЫ, КОТОРЫЕ РАСПОЗНАЮТСЯ САМИМ ПОСТРАДАВШИМ:



• внезапная слабость в лице, руке или ноге, чаще на одной половине тела



• помутнение сознания, проблемы с речью или с пониманием речи



• тошнота, рвота, нарушение походки, головокружение, потеря равновесия или координации



• двоение в глазах или нечеткое зрение, внезапная сильная головная боль по неизвестной причине



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

СИМПТОМЫ, КОТОРЫЕ МОЖНО РАСПОЗНАТЬ СО СТОРОНЫ:



• человек не может улыбнуться. Уголок рта опущен



• человек не может поднять и удерживать обе руки



• при инсульте язык изогнут или повернут в сторону



• нарушение речи (больной невнятно говорит, его речь напоминает речь пьяного человека)

При наличии хотя бы одного из этих признаков - нужно **НЕМЕДЛЕННО** вызвать бригаду скорой медицинской помощи!

Вызов скорой медицинской помощи:

со стационарного телефона – 03

с мобильного телефона – 103

единая дежурно-диспетчерская служба – 112