

К Всемирному дню борьбы с инсультом.

Инсульт (синоним - острое нарушение мозгового кровообращения) - это гибель участка головного мозга, связанная с прекращением его кровоснабжения.

Если причиной прекращения кровоснабжения является **закупорка** артерии атеросклеротической бляшкой и/или тромбом - говорят об **ишемическом инсульте**.

Если причиной является **разрыв** артерии и кровоизлияние - говорят о **геморрагическом инсульте**. Наиболее частыми причинами геморрагического инсульта являются разрыв расширенного участка артерии (врожденная сосудистая патология, называемая аневризмой) или разрыв артерии на фоне высокого артериального давления.

Когда гибнут мозговые клетки определенного участка головного мозга, нарушаются или полностью выпадают функции, за которые этот участок мозга отвечает. Обычно инсульт происходит в одной половине головного мозга, а нарушение функций развивается на противоположной половине тела человека. Это обусловлено перекрещиванием нервных путей в головном мозге. Например, при поражении правой половины головного мозга отмечается снижение силы и чувствительности в левой половине тела. Кроме того, необходимо помнить, что у человека за мыслительные функции, речь отвечает левая половина головного мозга. Если инсульт произошел в левой половине, это ведет к грубому нарушению речи больного (невнятная речь или ее полное отсутствие) и пониманию речи окружающих.

Головной мозг состоит из нескольких частей: сверху кора головного мозга, которая отвечает за мышление, чувства, речь, мышечные движения человека; подкорковая часть головного мозга отвечает за основные функции: дыхание, работу сердца, поддержание артериального давления и т.д.; в задних отделах головного мозга находится мозжечок, который отвечает за координацию движений. В зависимости от пораженного участка нарушаются те или иные функции. Чаще всего при инсульте поражается кора головного мозга.

Симптомы инсульта:

нарушения движения, прежде всего, в конечностях, снижение силы или полное прекращение движений в руках или ногах;

чувствительные нарушения: снижение или выпадение восприятия боли, температуры и т.д., наиболее заметные в конечностях;

нарушения зрения: например, может выпасть половина зрения (левая или правая) одного глаза;

нарушения речи: невнятная, нечеткая речь, полная невозможность говорить или понимать речь;

вестибулярные нарушения: в положении стоя больной качается и может упасть;

нарушение сознания: от сонливости до полной потери сознания.

Менее важными симптомами, часто встречаемыми и при других заболеваниях являются: головная боль (может быть при мигрени), головокружение (часто бывает при заболевании уха), мышечные судороги (эпилепсия).

Если у человека внезапно появились вышеописанные симптомы, необходимо заподозрить развитие инсульта и срочно проконсультироваться с врачом.

Если вы оказались рядом с человеком, у которого подозреваете инсульт, необходимо положить его удобно и срочно вызвать скорую помощь.

Если больной без сознания, его нельзя оставлять лежать на спине! У человека без сознания снижена мышечная сила и язык может закрыть дыхательное горло и человек умрет от удушья. Человека без сознания необходимо повернуть на бок, так чтобы изо рта могла вытекать слюна и язык не мог затруднять дыхание.

Примерно в трех случаях из четырех симптомы инсульта не резко выражены и проходят в течение суток. Это преходящее нарушение мозгового кровообращения (другое название транзиторная ишемическая атака). Такие кратковременные преходящие нарушения мозгового кровообращения служат предупреждением. Риск развития инсультов с тяжелыми последствиями после них очень высок, поэтому требуется обследование и назначение планового лечения для предупреждения развития повторного инсульта.

Профилактика повторного инсульта

Одним из важных направлений лечения больных, перенесших инсульт, является профилактика повторного инсульта. Риск повторного инсульта высокий при наличии артериальной гипертензии, аритмии, патологии клапанов сердца, застойной сердечной недостаточности, сахарного диабета.

Профилактика повторного инсульта должна начинаться как можно раньше и продолжаться не менее 4-х лет. Большое значение имеет поддержание здорового образа жизни, что включает отказ от курения или уменьшение количества выкуриваемых сигарет, отказ от употребления наркотиков и алкоголя, адекватную физическую активность и снижение избыточного веса. Целесообразно уменьшить потребление продуктов, содержащих большое количество холестерина (сливочное масло, яйца, жирный творог и др.), и увеличить в рационе количество свежих овощей и фруктов. Женщинам, перенесшим инсульт, не рекомендуется использовать оральные контрацептивы.

Для контроля артериальной гипертензии следует уменьшить потребление соли с пищей, в дальнейшем это позволит снизить дозу гипотензивных препаратов.

Если у больного избыточный вес, то рекомендуется достижение и поддержание идеальной массы тела, что требует снижения общей калорийности пищи и регулярных физических нагрузок (занятия лечебной гимнастикой, пешие прогулки), интенсивность которых индивидуальна.

Для профилактики повторного инсульта больным, перенесшим ишемический инсульт, рекомендуется в течение 1-2 лет или постоянный прием ангиагрегантов, препарат и дозировку их назначит врач.

Если у больного выявляется повышение уровня общего холестерина более 5 ммоль/л, рекомендуется диета с низким содержанием холестерина для предупреждения прогрессирования атеросклероза.