



## ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ИНСУЛЬТОМ

Каждый год **29 октября** отмечается **Всемирный день борьбы с инсультом**, установленный Всемирной организацией по борьбе с инсультом в 2006 году. Цель этого дня - повышение осведомленности населения о проблеме инсульта, о возможностях его предупреждения, информирование о ранних признаках заболевания и необходимости своевременного оказания помощи.

### Что такое инсульт?

**Инсульт** - эта патология, которая развивается из-за острого нарушения кровотока в головном мозге. Кровь непрерывно доставляет к тканям кислород, а также питательные вещества - они необходимы для нормальной работы клеток. Если кровь не поступает к клеткам, они начинают отмирать. К инсульту чаще всего приводят сердечно-сосудистые заболевания, которые провоцируют закупорку кровеносного сосуда или его разрыв.

**Виды инсульта.** В основном выделяют инсульт по причине возникновения.

**Ишемический инсульт** - нарушение мозгового кровообращения, вызванное закупоркой кровеносного сосуда и недостаточным кровоснабжением тканей (такую патологию называют ишемией - отсюда и название инсульта). Чем дольше отсутствует кровоснабжение, тем больше площадь поражения мозга.

**Геморрагический инсульт** - нарушение кровообращения, связанное с разрывом кровеносного сосуда и внутримозговым кровоизлиянием. При геморрагическом инсульте кровь изливается в субарахноидальное пространство, непосредственно ткань мозга или желудочки мозга.

Кроме того, выделяют другие виды инсульта, которые возникают по причине закупорки (окклюзии). Виды инсульта классифицируют по длительности неврологических симптомов, по развитию неврологических симптомов.

**Причины и факторы риска.** Причиной инсультов чаще всего становятся заболевания, которые повреждают стенки сосудов, меняют строение вен и артерий, вызывают их сужение. Также причиной может быть закупорка сосуда тромбом или бляшкой из других артерий и нарушение свёртывающей способности крови.

Основная причина **ишемического инсульта** - закупорка кровеносного сосуда в мозге, а **геморрагического** - разрыв кровеносного сосуда в мозге.

Переходя к теме факторов риска, мы можем сказать, что они являются стандартными и схожими со многими заболеваниями сердечно-сосудистой системы, например,

- **атеросклероз.** Заболевание, при котором на стенках сосудов образуются атеросклеротические бляшки - патологические скопления холестерина;
- **артериальная гипертензия.** Патология, при которой у человека постоянно повышено артериальное давление;
- **заболевания сердца.** Некоторые сердечные патологии, например мерцательная аритмия, приводят к нарушению нормального кровотока;
- **сосудистые заболевания.** Изменение структуры стенок сосудов (повреждение, воспаление) провоцирует формирование тромбов;
- **эндокринные заболевания.** Самое распространённое из них - сахарный диабет 2-го типа, при котором организм не может нормально усваивать глюкозу;
- **возрастные изменения.** У людей старше 50 лет в анамнезе чаще всего есть хронические заболевания внутренних органов, из-за чего ухудшается обмен веществ, развивается атеросклероз и появляются другие сердечно-сосудистые заболевания;
- **ожирение.** Лишний вес провоцирует развитие атеросклеротической болезни, сахарного диабета, а также повышает риск образования тромбов из-за малоподвижного образа жизни и застоя крови в тканях;
- прием определенных групп препаратов, таких как - **оральные контрацептивы**, они влияют на свёртывающую способность крови

и способствуют формированию венозных тромбозов и **антикоагулянты**, которые делают кровь более жидкой и не позволяют ей сворачиваться, что может стать причиной обширного кровоизлияния.

Не стоит забывать о самых важных факторах риска - **курение и приём алкоголя, наркотиков**. Токсические вещества, которые попадают в организм при курении, употреблении алкоголя или наркотических средств, негативно влияют на общее состояние здоровья, свёртывающую способность крови, сердце, кровеносные сосуды и их тонус.

### **Основные симптомы инсульта.**

Как правило, инсульт начинается внезапно: головная боль, общая слабость, парезы или параличи, рвота, в особо тяжёлых случаях - потеря сознания.

**Помните!** Диагностикой инсульта занимаются врачи скорой помощи и неврологи.

Но в ваших силах распознать инсульт и вызвать скорую помощь!

### **Как распознать инсульт!**

При подозрении на инсульт следует попросить человека выполнить несколько простых манипуляций. Все они укладываются в инструкцию с названием **«УДАР»**. Она включает четыре пункта, которые с высокой вероятностью помогут выявить нарушение работы мозга.

### **Диагностика инсульта методом «УДАР»:**

1. **У**лыбка - при инсульте она часто несимметричная, кривая, один угол рта опущен;
2. **Д**вижение - необходимо одновременно поднять две руки или ноги (в положении лёжа). Как правило, при инсульте рука или нога с противоположной от очага инсульта стороны не поднимается, либо поднимается значительно медленнее и ниже;
3. **А**ртикуляция - человек будет неразборчиво или несвязно говорить. В некоторых случаях к нарушению речи присоединяется ещё и неспособность понимать чужие слова. В таком случае первые два пункта становится трудно выполнить. Тогда ориентироваться следует на искажение лица и асимметричность обычных движений - например, на шаткую походку или висящую руку;
4. **Р**ешение - если человек не может выполнить вышеописанные задачи, следует вызвать скорую помощь (по номеру 103 или 112) и сразу сообщить диспетчеру о выявленных симптомах. Это станет поводом для выезда специальной реанимационной бригады, которая сможет оказать пострадавшему необходимую медицинскую помощь.

Даже если признаки, соответствующие инструкции, появились на непродолжительное время, человеку требуется экстренная медицинская помощь: без диагностики и лечения инсульт непредсказуем - он может

привести к инвалидизации или смерти человека.

Лечением инсульта занимаются неврологи и в некоторых случаях нейрохирурги.

Основная задача при терапии любого инсульта - спасти жизнь пациента, восстановить кровоснабжение мозга и сохранить неврологические функции, насколько это возможно.

Восстановление пациента после инсульта может занимать месяцы и годы. Прежде всего, реабилитационные мероприятия нацелены на восстановление утраченных неврологических функций: способности осознанно двигать руками и ногами, координировать движения, запоминать информацию, говорить.

Конкретную программу реабилитации для каждого пациента составляют лечащий врач и сотрудники реабилитационных центров или отделений.

### **Профилактика инсульта!**

Профилактика инсульта включает контроль артериального давления, липидов крови, уровня глюкозы в крови, правильное питание и активный образ жизни. Чтобы избежать развития патологии, следует своевременно лечить острые и хронические заболевания. Позаботьтесь о своем организме, будьте здоровы!

**Врач – методист**

**Офкин А.О.**