



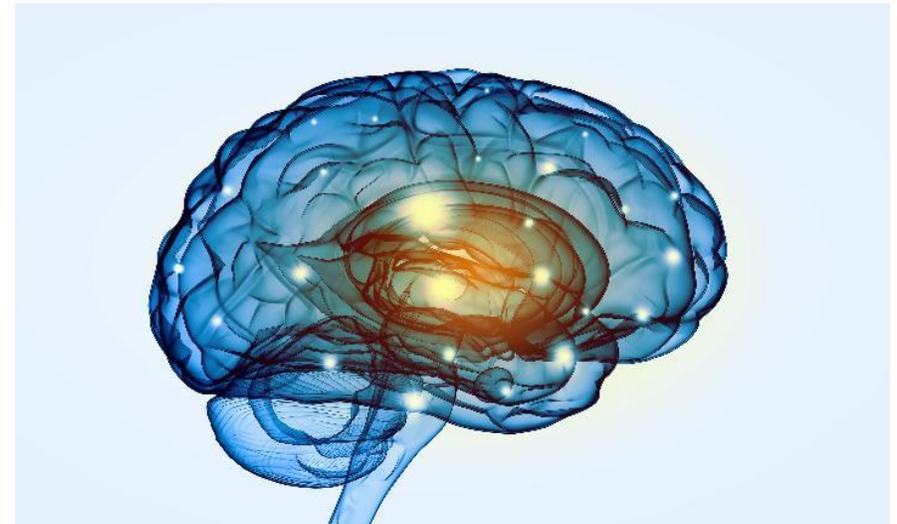
ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА И ФАКТОРЫ РИСКА ЕГО РАЗВИТИЯ



Головной мозг

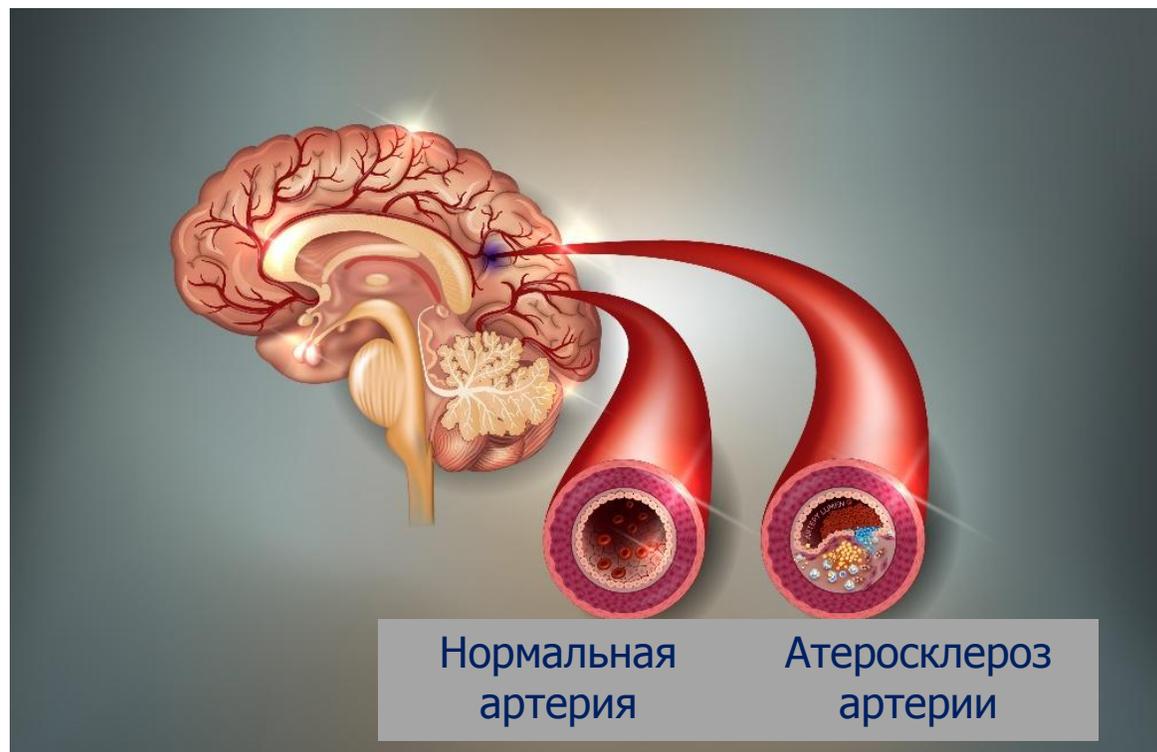
Принимает участие в обработке информации, поступающей от всей совокупности рецепторов, управляет движениями человеческого тела, а также осуществляет высшую функцию человеческого организма – мышление.

Каждый отдел головного мозга отвечает за выполнение определённых функций различных органов и систем организма.



**Головной мозг нуждается в питании.
Даже в покое он потребляет 15% крови и 20-25%
кислорода, поступающего в организм при дыхании**

Питание мозгу доставляется по сосудам



Нарушение доставки питания по сосудам в мозг



Клетки участка мозга,
который лишается питания
– поступления кислорода -
погибают

Инсульт – острое нарушение кровообращения, приводящее к повреждению ткани головного мозга вследствие закупорки мозгового сосуда или его разрыва



При инсульте может нарушиться:

- Память
- Мышление
- Движение
- Чувствительность
- Речь
- Работа других органов



Мозговой инсульт

- **15 000 000 человек** ежегодно переносят инсульт в мире
- В России регистрируются более **450 000** инсультов ежегодно
- **70 %** выживших становятся инвалидами
- Новый случай **каждые 30 секунд**

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Следи за жизнью в Подмосковье

RUAMO
Региональное Информационное Агентство Московской Области
riamo.ru

Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

Вместе против мозгового инсульта

Главная особенность симптомов инсульта - внезапное возникновение. Будьте внимательны даже к кратковременно возникающим симптомам

Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица	Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов	Внезапная очень сильная головная боль
Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации	Внезапно возникшая слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела)	Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У части пациентов некоторые из перечисленных 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. У большинства людей, которые перенесли один или более микроинсультов, впоследствии развивается большой мозговой инсульт

НЕСВОВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!

Попросите человека улыбнуться



Улыбка искривлена или неровная

Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Следи за жизнью в Подмосковье

 **РИАМО**
Региональное
Информационное Агентство
Московской Области
riamo.ru

Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

Вместе против мозгового инсульта

Главная особенность симптомов инсульта - внезапное возникновение. Будьте внимательны даже к кратковременно возникающим симптомам

 Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица	 Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов	 Внезапная очень сильная головная боль
 Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации	 Внезапно возникшая слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела)	 Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У части пациентов некоторые из перечисленных 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. У большинства людей, которые перенесли один или более микроинсультов, впоследствии развивается большой мозговой инсульт

НЕСВОВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!

Попросите человека сказать простое предложение или назвать свое имя



Не может говорить, речь нарушена

Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Следи за жизнью в Подмосковье

РИАМО
Региональное
Информационное Агентство
Московской Области
riamo.ru

Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

Вместе против мозгового инсульта

Главная особенность симптомов инсульта - внезапное возникновение. Будьте внимательны даже к кратковременно возникающим симптомам

 <p>Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица</p>	 <p>Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов</p>	 <p>Внезапная очень сильная головная боль</p>
 <p>Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации</p>	 <p>Внезапно возникшая слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела)</p>	 <p>Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)</p>

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У части пациентов некоторые из перечисленных 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. У большинства людей, которые перенесли один или более микроинсультов, впоследствии развивается большой мозговой инсульт

НЕСВОВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!

**Попросите человека
поднять две руки
одновременно**



**Не может держать
руки на одном уровне,
качается**

**Внезапно возникшая
слабость, онемение,
нарушение чувствительности
в руке и/или ноге (чаще
на одной половине тела)**

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Следи за жизнью в Подмоскowie

 **PIAMO**
Региональное Информационное Агентство Московской Области
piamo.ru

Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

Вместе против мозгового инсульта

Главная особенность симптомов инсульта - внезапное возникновение. Будьте внимательны даже к кратковременно возникающим симптомам

 <p>Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица</p>	 <p>Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов</p>	 <p>Внезапная очень сильная головная боль</p>
 <p>Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации</p>	 <p>Внезапно возникшая слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела)</p>	 <p>Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)</p>

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У части пациентов некоторые из перечисленных 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. У большинства людей, которые перенесли один или более микроинсультов, впоследствии развивается большой мозговой инсульт

НЕСВОВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!



Внезапная очень сильная головная боль

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Следи за жизнью в Подмоскowie



riamo.ru

Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

Вместе против мозгового инсульта

Главная особенность симптомов инсульта - внезапное возникновение. Будьте внимательны даже к кратковременно возникающим симптомам



Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица



Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов



Внезапная очень сильная головная боль



Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации



Внезапно возникшая слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела)



Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У части пациентов некоторые из перечисленных 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. У большинства людей, которые перенесли один или более микроинсультов, впоследствии развивается большой мозговой инсульт

НЕСВОВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!



Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

Следи за жизнью в Подмосковье

РИАМО
Региональное
Информационное Агентство
Московской Области
riamo.ru

Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

Вместе против мозгового инсульта

Главная особенность симптомов инсульта - внезапное возникновение. Будьте внимательны даже к кратковременно возникающим симптомам

 <p>Внезапно возникшее онемение и/или асимметрия лица</p>	 <p>Внезапное возникновение нарушения речи (невнятная речь, нечеткое произношение) и непонимание обращенных к человеку слов</p>	 <p>Внезапная очень сильная головная боль</p>
 <p>Внезапно возникшие трудности с ходьбой, головокружение, потеря баланса и координации</p>	 <p>Внезапно возникшая слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге (чаще на одной половине тела)</p>	 <p>Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)</p>

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!

У части пациентов некоторые из перечисленных 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. У большинства людей, которые перенесли один или более микроинсультов, впоследствии развивается большой мозговой инсульт

НЕСВОВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!



Внезапное нарушение зрения на одном или двух глазах (нечеткое зрение, двоение предметов)



Инсульт - это заболевание, требующее экстренной медицинской помощи!

ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ СИМПТОМОВ НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!



**СЛУЖБА СПАСЕНИЯ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

НЕСВОЕВРЕМЕННОЕ ОБРАЩЕНИЕ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИВОДИТ К ТЯЖЕЛЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ИНВАЛИДНОСТИ!

ДО ПРИЕЗДА СКОРОЙ ПОМОЩИ



- ✓ **Запомните время, когда человеку стало плохо**
- ✓ **Уложите человека, поднимите ему голову, обеспечьте покой**

По приезду скорой помощи обязательно сообщите врачам время появления первых признаков болезни



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.

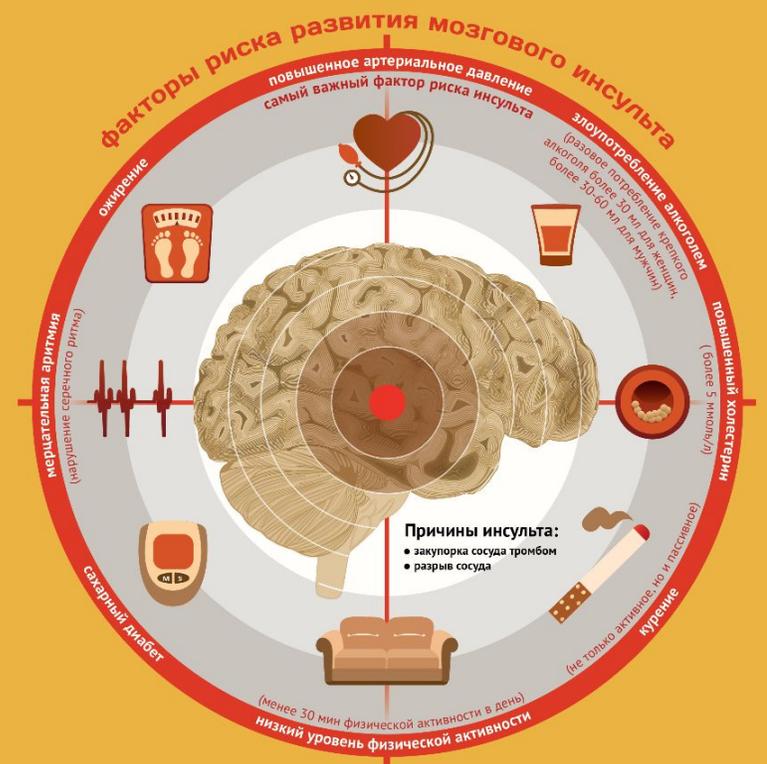


Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.

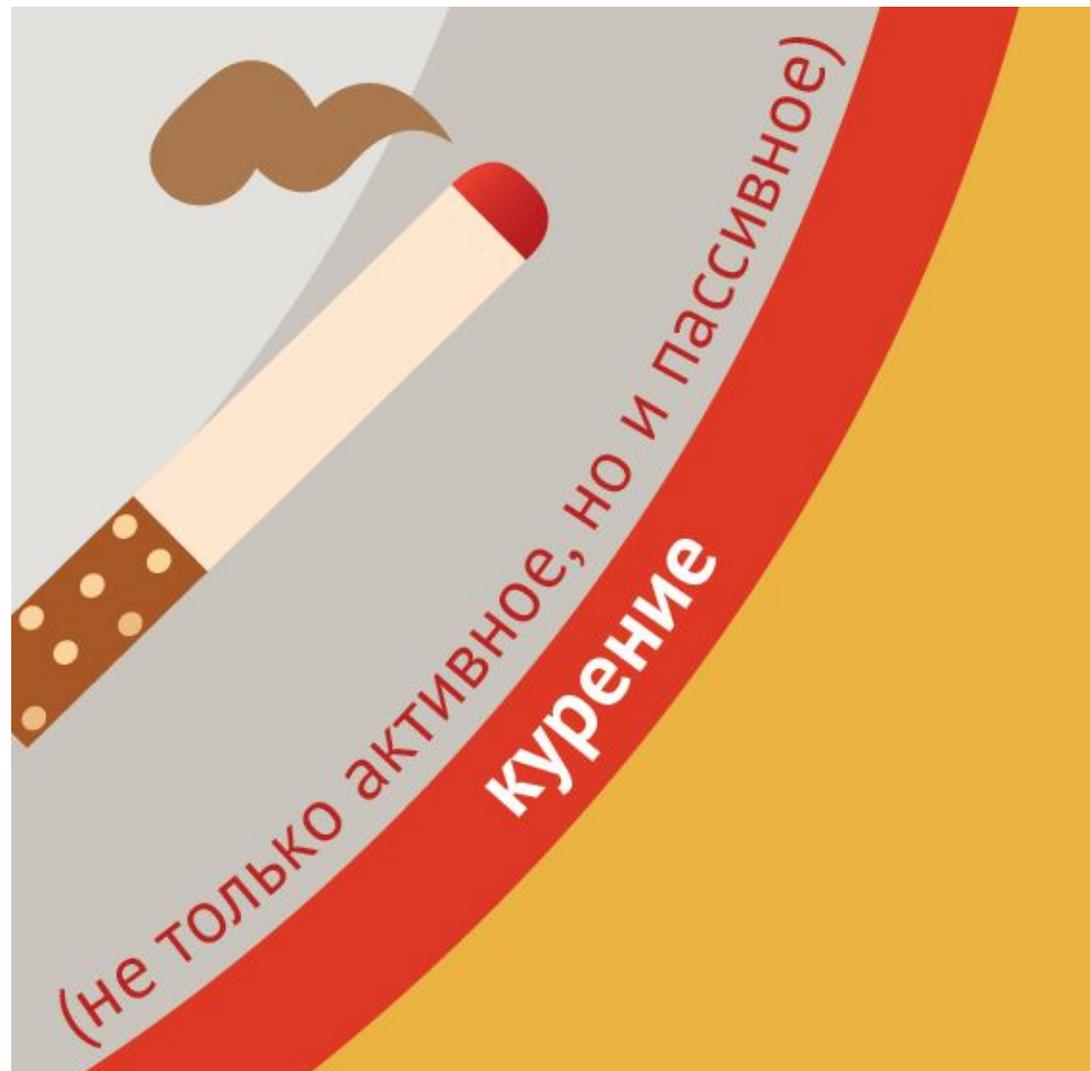


ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.



ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА

Головной мозг даже в покое потребляет 15% крови и 20-25% кислорода, поступающего в организм при дыхании. Мозговой инсульт возникает при закупорке или разрыве сосуда, по которому кровь поступает к определенному участку мозга. В результате клетки этого участка мозга лишаются поступления кислорода и погибают. Тогда функции организма, которые контролируются этим участком мозга, нарушаются. Так, если данный участок мозга отвечает за движение, то его повреждение приводит к параличу.



Первый шаг к профилактике инсульта – это знание факторов, которые приводят к его развитию. Некоторые из этих факторов риска можно устранить (например, курение или избыточное потребление алкоголя). А если фактор риска устранить невозможно, то важно добиться его контроля (например, стабильного снижения уровня артериального давления до уровня ниже 140/90 мм рт.ст. при гипертонии). Контроль факторов риска особенно важен для людей, имеющих наследственную предрасположенность к заболеванию, а также людей, перенесших ранее кратковременные нарушения мозгового кровообращения.





ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА

- Стремитесь к сбалансированному питанию с преобладанием **овощей, фруктов, цельного зерна**
- **Уменьшайте количество соли и жира в пище**
- **Избегайте быстроусвояемых углеводов** (кондитерских изделий и сладких газированных напитков)
- Питайтесь регулярно и разнообразно
- **Нагружайте свой организм физически – больше двигайтесь** (более 60 минут в день). Если Вам не нравятся прогулки, выберите другие виды физической активности: велосипед, плавание, танцы и прочее
- **Не курите.** Помните, что курение убивает не только самого курильщика, но и окружающих его людей
- **Не употребляйте алкоголь**
- **Контролируйте артериальное давление.** Высокое артериальное давление – ведущая причина инсульта. Давление выше 140/90 – повод обратиться к врачу
- **Проверяйте уровень холестерина в крови.** Если он повышен, необходимо обратиться к врачу, который подберет диету и физические упражнения или специальную лекарственную терапию
- **Спите 7-8 часов в сутки**
- **Контролировать уровень глюкозы крови**
- Регулярно проходить **профилактические медицинские осмотры**





Распознай инсульт

