

ВМЕСТЕ ПРОТИВ МОЗГОВОГО ИНСУЛЬТА

И ИНФАРКТА



**Кочешкова Татьяна
Александровна**

главный врач
ГБУЗ МО «Дмитровский центр
медицинской профилактики»

сентябрь 2017г.

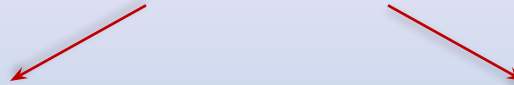
Инсульт – острое нарушение мозгового кровообращения – грозное заболевание сосудов головного мозга, по которым кровь поступает в мозг и обеспечивает его кислородом и глюкозой.

При закупорке или разрыве сосуда клетки мозга погибают или повреждаются. В результате нарушаются те функции организма, которые контролируются этим участком мозга.



Это двигательные, поведенческие, умственные, эмоциональные и др. расстройства, нарушающие нормальную жизнедеятельность больного.

Инсульт

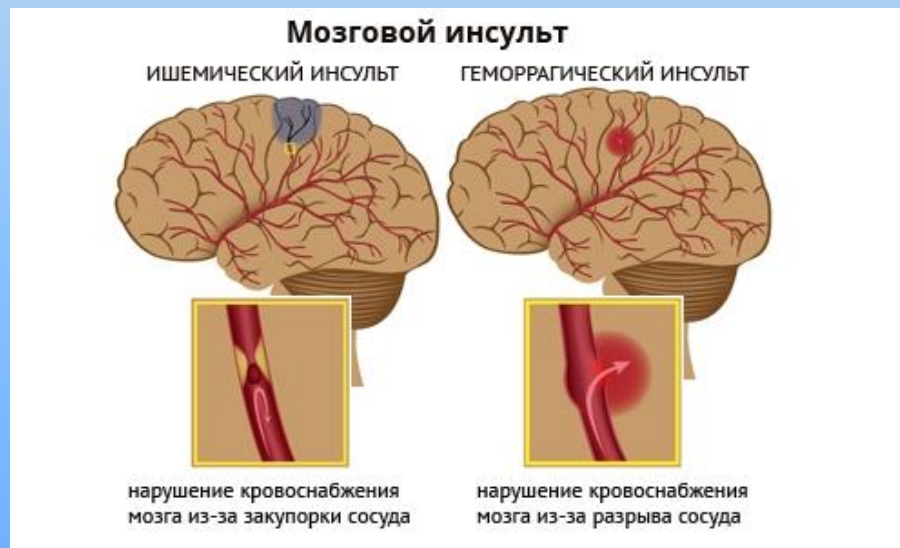


Ишемический

(закупорка сосуда, инфаркт мозга)

Геморрагический

(разрыв сосуда и кровоизлияние)



Ишемический инсульт встречается в 4-5 раз чаще, чем геморрагический.



Масштаб проблемы

- ✓ каждые **1,5 минуты** в мире у кого-то происходит инсульт;
- ✓ ежегодно в России происходит **450 000** случаев инсульта;
- ✓ инсульт угрожает **каждому пятому** жителю России;
- ✓ мозговой инсульт занимает **второе место** в списке причин смерти после инфаркта миокарда;
- ✓ в России более **20%** смертей происходит в результате инсульта;
- ✓ около **30%** случаев мозговых инсультов заканчиваются смертью; **25%** больных погибают в течение первого месяца, ещё **30%** - в течение года;
- ✓ **70%** людей, перенесших мозговой инсульт, становятся инвалидами, **31%** нуждаются в посторонней помощи для ухода за собой, **20%** не могут ходить самостоятельно;
- ✓ лишь **8%** могут вернуться к прежней работе.

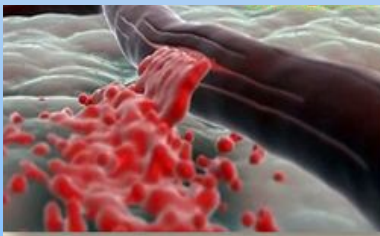
Чем коварен инсульт?

На первых этапах его развития человек может не испытывать никаких болевых ощущений. немеют рука, щека, слегка изменяется речь, иногда появляется головокружение или помутнение зрения.



Ни сам больной, ни его родные не подозревают, что происходит мозговая катастрофа. Упускается драгоценное время: те **шесть часов** от начала развития болезни, когда адекватная терапия может уменьшить размеры поражения мозга.

Геморрагический инсульт



Представляет собой осложнение гипертонической болезни. Кровеносный сосуд, не выдержав повышенного давления на стенку, разрывается, кровь изливается в вещество мозга. Возникшая гематома (кровоизлияние) сдавливает мозг, вызывает его отёк и участок мозга погибает.

Такой инсульт возникает чаще после трудного, напряжённого дня. К вечеру голова раскалывается от боли. Предметы начинают видаться в красном цвете, появляются тошнота, рвота, головная боль усиливается – это предвестники инсульта.

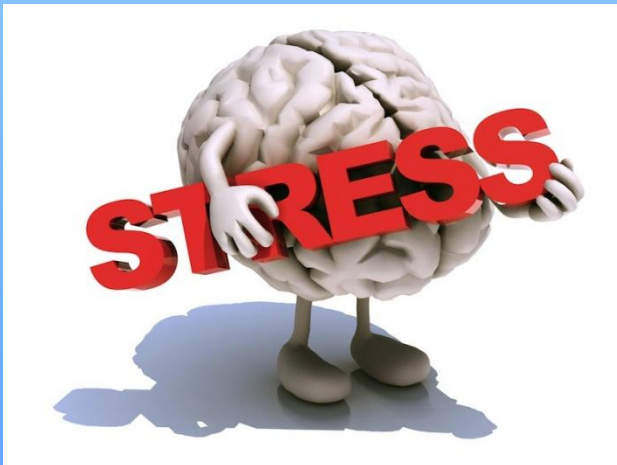
Затем нарушаются движение, речь, чувствительность, возникают состояния от лёгкой оглушённости до потери сознания и комы – это уже сам инсульт



Ишемический инсульт.

В этом случае сосуд сохраняет целостность стенки, но ток крови по нему прекращается из-за спазма, закупорки тромбом.

Тромбы – это возрастные атеросклеротические и др. изменения стенки сосуда, которые способны закупорить сосуд в любом органе.



Тревога, заботы, стресс, колебания атмосферного давления, микроклимата, переутомление, вредные привычки (курение, алкоголь), избыточный вес, резкое колебание уровня сахара в крови – все эти факторы могут привести к инсульту.

Неконтролируемые факторы риска инсульта

1. Возраст

С возрастом риск инсульта увеличивается.

В возрасте от 20 до 60 лет перенёсших инсульт – 1/3 случаев.

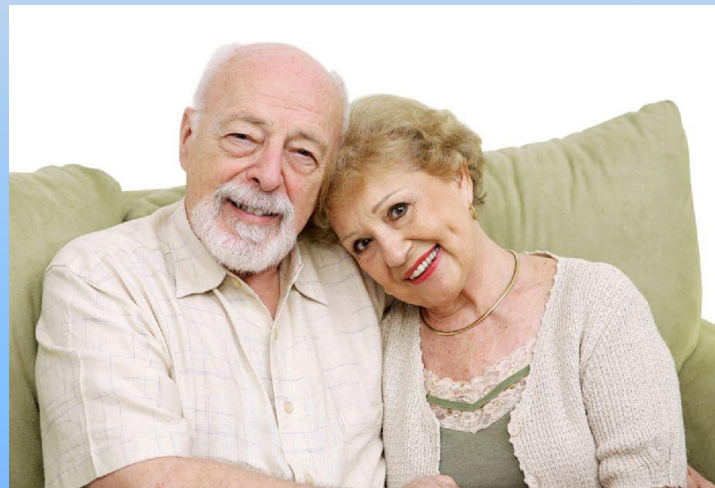
С каждым десятилетием после 55 лет риск инсульта удваивается

2. Пол

У мужчин риск инсульта выше, а смертность от инсульта выше у женщин в любой возрастной группе.

3. Наследственность

Более высокий риск инсульта у тех, у кого инсульт был у ближайших родственников.



Основные контролируемые факторы риска развития инсульта.

1. Повышенное артериальное давление (>140/90 мм.рт.ст.)

Риск инсульта возрастает в **4** раза при А/Д > **160/95** мм.рт.ст.,
в **10** раз при А/Д > **200/115** мм.рт.ст

2. Болезни сердца и сосудов (атеросклероз, мерцательная аритмия, сердечная недостаточность, ИБС)

Риск инсульта возрастает в **3-4** раза;

3. Сахарный диабет

Риск инсульта возрастает в **2-4** раза у мужчин,
в **3-7** раз у женщин;

4. Курение (не только активное, но и пассивное – повреждает сосуды и приводит к закупорке)

Риск у курящих возрастает в **2-6** раз.

5. Повышенный уровень холестерина (>5ммоль/л)



Основные контролируемые факторы риска развития ИНСУЛЬТА (продолжение)

6. Ожирение и избыточная масса тела, неполноценное питание;

7. Избыточное потребление соли;

8. Низкий уровень физической активности (менее **30** мин физической активности в день), малоподвижный образ жизни;

9. Избыточное употребление алкоголя , разовое потребление крепкого алкоголя

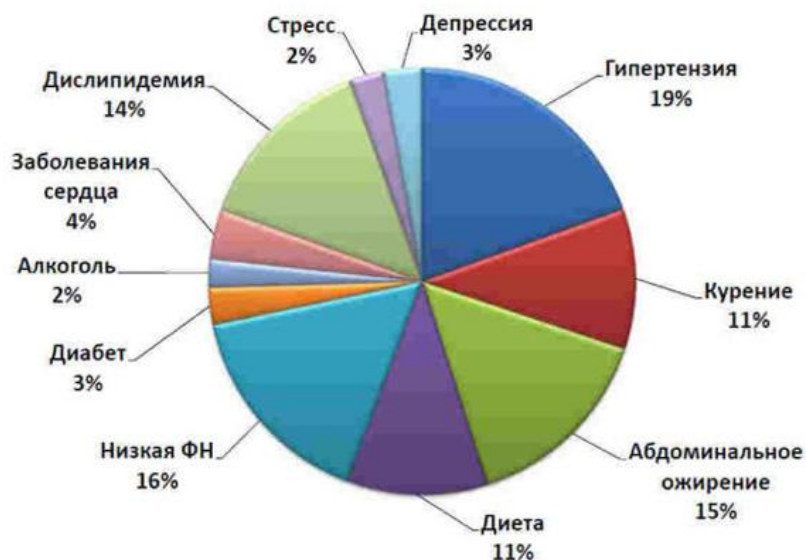
>**30** мл для женщин и

>**30-60** мл- для мужчин.

Риск возрастает в **3** раза при повышении дозы.

10. Повышенная свёртываемость и вязкость крови.

Факторы риска инсульта



Симптомы мозгового инсульта

1. Внезапно возникшая **слабость, онемение, нарушение чувствительности в руке и/или ноге**, (чаще на одной половине тела);
2. Внезапно возникшее **онемение и/или асимметрия лица**;
3. Внезапно возникшее **нарушение речи** (невнятная, спутанная, затрудненная речь, нечёткое произношение) и непонимание обращённых к человеку слов;
4. Внезапное **нарушение зрения** на одном или двух глазах (нечёткое зрение, двоение предметов);
5. Внезапно возникшие **трудности с ходьбой, головокружение, нарушение равновесия и/или координации**;
6. Внезапная **очень сильная головная боль, тошнота, рвота**.



Как распознать инсульт: пять простейших приёмов.



Попросить человека улыбнуться: улыбка окажется кривой либо больной вовсе не сможет улыбнуться.



Попросить поднять и удерживать выпрямленные руки: человек либо поднимет их частично, либо одна рука будет отставать или же обе руки останутся неподвижными.



Попросить человека полностью назвать своё имя: больной либо не сможет этого сделать, либо ответит с трудом.



Попросить подвигать глазами (поморгать, посмотреть влево-вправо): глазные яблоки будут двигаться несимметрично.



Попросить высунуть язык: язык будет искривлён.

Мозговой инсульт – требует экстренной медицинской помощи!

При возникновении этих симптомов немедленно звоните
03 или **112**

ЖДАТЬ НЕЛЬЗЯ,

само это не пройдет!

Мобильная связь



Экстренный вызов
МТС
Билайн
Мегафон

03
030
003
030



Инфаркт миокарда

Инфаркт миокарда – острое нарушение кровообращения сердца – заболевание сосудов сердца, в результате которого сердечная мышца, не получает кислород и глюкозу и частично погибает.

Сердечная мышца, которой перекрыли доступ кислорода, способна нормально функционировать лишь 10 секунд, а через 30 минут клетки начинают постепенно отмирать.

Причины инфаркта миокарда:

- нарушение проходимости артерии вследствие закупорки её тромбом
- резкое сужение артерии – спазм.

АТЕРОСКЛЕРОЗ ПРОЩЕ ПРЕДУПРЕДИТЬ!

Здоровая артерия

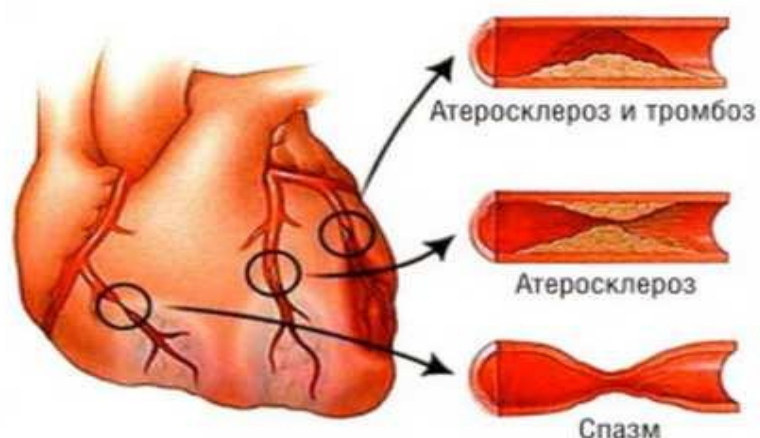


Суженная артерия при атеросклерозе

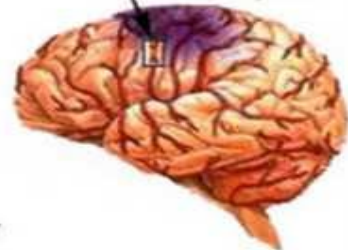
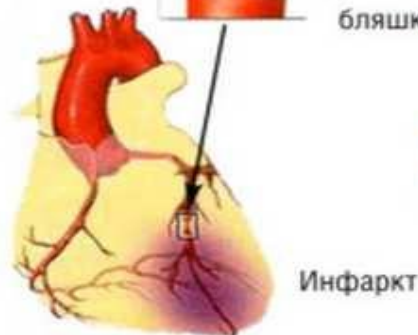
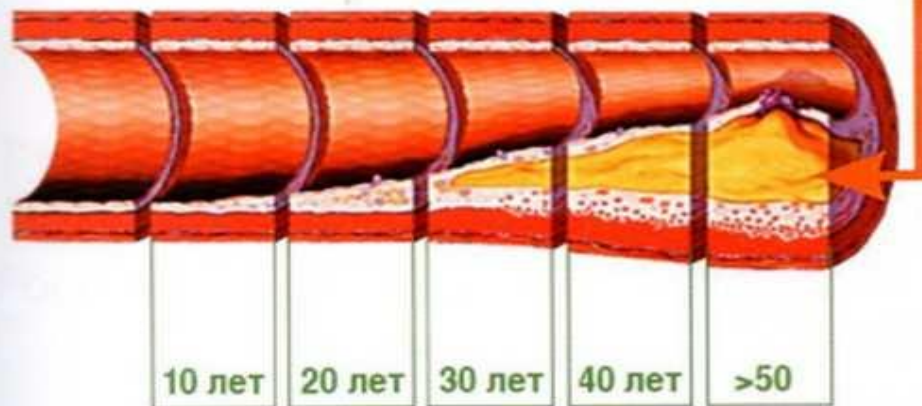


поток крови

атеросклеротическая бляшка



Накопление холестерина в сосудистой стенке — атеросклеротическая бляшка



Проблемы атеросклероза прямо затрагивают все системы и органы — от глаз до ног. Закупорка сосудов, питающих сердце, приводит к ишемической болезни сердца и инфаркту, если это происходит с сосудами мозга — к инсульту. Первый «звоночек», сигнализирующий о неблагополучии сосудов у мужчин — проблемы с потенцией. Высокое артериальное давление, высокий уровень «плохого» холестерина и сахаров существенно повышают риск развития атеросклероза. ПИТАНИЕ и образ жизни — важнейшие элементы профилактики!

Первые симптомы инфаркта миокарда

- Внезапно (приступообразно) возникающие давящие, сжимающие, жгущие, ломящие **боли в грудной клетке** (за грудиной), продолжающиеся более 5 минут;
- **Аналогичные боли** часто наблюдаются в области **левой** руки, левой лопатки, **левой** половины шеи и нижней челюсти, **обоих** плеч, рук, нижней части грудины вместе с верхней частью живота, в спину.
- **Нехватка воздуха, одышка, резкая слабость, бледность кожи, холодный пот, тошнота** часто возникают вместе, а иногда следуют за или предшествуют дискомфорту/болям в грудной клетке;
- **Артериальное давление** после кратковременного повышения резко падает, может наступить коллапс (обморочное состояние);
- Человек испытывает **страх смерти, сильное волнение.**

- Изредка могут быть **нетипичные симптомы**:
 - затруднённое дыхание,
 - боли в животе.
- **Не всегда** инфаркт сопровождается **болью**.
- Указанные явления нередко развивается **на фоне физической или психоэмоциональной нагрузки**, но чаще с некоторым интервалом после них.

ВАЖНО!

Не выжидайте более 10 минут, вызывайте бригаду скорой медицинской помощи. Иначе – это опасно для жизни!

Алгоритм неотложных действий при симптомах инфаркта миокарда

1. Принять:
 - 1 дозу (0,5 мг) нитроглицерина под язык
 - разжевать таблетку (250 мг) ацетилсалициловой кислоты (аспирин),
2. Боль сохраняется, состояние ухудшается в течение 5 минут после начала приступа
 - немедленно вызвать скорую медицинскую помощь, телефон 112,
3. Через 5-7 минут повторить приём нитроглицерина, но не более 2 раз по 1 дозе,
4. В ожидании бригады скорой помощи
 - сесть (лучше в кресло с подлокотниками) или лечь в постель с приподнятым изголовьем, успокоить больного,
 - освободить шею и обеспечить поступление свежего воздуха (открыть форточку или окно).

Важно!

1. Больному с сердечным приступом **категорически запрещается** вставать, ходить, курить и принимать пищу до особого разрешения врача.
2. **Нельзя принимать аспирин** при его непереносимости при явном и выраженном обострении язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.
3. **Нельзя принимать нитроглицерин** при резкой слабости, потливости, при выраженной головной боли, головокружении, остром нарушении зрения, речи, координации движений.

Выбирай



- Поздняя госпитализация
- Множество осложнений
- Инвалидность, прикованность к постели, обуза для близких



- Ранняя госпитализация в первые минуты от начала инсульта
- Современное и эффективное лечение
- Полноценная жизнь, полное восстановление

Благодарю за внимание!