

Инсульт – это острое нарушение кровоснабжения головного мозга. Заболевание может настигнуть человека практически в любой момент, но по статистике женщины от 18 до 40 лет чаще подвержены инсультам, чем мужчины того же возраста, также международная практика показывает, что у женщин смертность от инсульта гораздо выше, чем у мужчин. Одна из главных причин этого — неспецифические симптомы, которые на первый взгляд сложно связать с инсультом. Кроме того, риск инсульта может увеличиться во время беременности, приема противозачаточных препаратов, гормональной терапии в период климакса и при различных заболеваниях, связанных с нарушением гормонального фона.

2 вида инсультов:

— Ишемический инсульт. Самым распространенным механизмом инсульта является ишемия: спазм или закупорка артерии мозга, при которой в первую очередь страдают зоны, расположенные поблизости от патологического очага. Предвестники инсульта могут быть довольно разные, поэтому очень важно следить за любыми изменениями здоровья и самочувствия. Проявляться болезнь может в любое время, но чаще всего это случается ночью и под утро.

— Геморрагический инсульт. Возникает при разрыве сосуда, при нем кровь поступает в ткань мозга. В 60% случаев этот вид инсульта является осложнением гипертонической болезни на фоне атеросклероза сосудов. Разрываются видоизмененные сосуды, где есть сосудистые аномалии и аневризмы. Другие причины: заболевания крови, алкоголизм, прием наркотиков, диабетические поражения сосудов. Геморрагический инсульт протекает тяжелее и прогноз при нем более серьезен.

Факторы риска возникновения инсультов:

- Повышенное артериальное давление
- Сахарный диабет
- Различные заболевания сердца
- Курение
- Ожирение
- Повышенное содержание холестерина в крови
- Злоупотребление алкоголем
- Стресс
- Недостаточная физическая активность

Первые симптомы инсульта:

- Внезапная слабость в руке и/или ноге.
- Внезапное онемение в руке и/или ноге.
- Внезапное нарушение речи и/или ее понимания.
- Внезапная потеря равновесия, нарушение координации, головокружение.
- Внезапная потеря сознания.
- Острая головная боль без какой-либо видимой причины или после тяжелого стресса, физического перенапряжения.
- Внезапное онемение губы или половины лица, часто с «перекосом» лица.
- Низкое или, наоборот, повышенное артериальное давление.

Что делать при появлении симптомов инсульта?

Дорога каждая минута! Наиболее эффективное лечение возможно в первые три часа с

момента нарушения мозгового кровообращения. При появлении первых симптомов инсульта срочно вызывайте скорую помощь. Точно опишите диспетчеру все, что произошло, чтобы приехала специализированная бригада.

Что делать после вызова скорой?

После того, как вы вызвали скорую, до приезда врача сделайте следующее:

- Лежать больной при подозрении на инсульт должен на спине с немного поднятой головой. Лишних движений ему делать не рекомендуется, так как это может усилить кровоизлияние. Есть и пить в таком состоянии запрещается. При возникновении рвоты, голову больного нужно повернуть набок, чтобы он не захлебнулся.
- Приближающийся инсульт можно немного отсрочить, положив на затылок человека холодную вещь, а также согрев его нижние конечности. Лучше всего снять с больного очень узкую одежду и расстегнуть верхние пуговицы его одежды.
- В случае, когда у человека начался паралич, первая помощь будет заключаться в растирании его конечностей согревающей смесью из двух частей растительного масла и одной части спирта. Продолжать такие действия нужно до того момента, как приедут врачи.
- Необходимо понимать то, как меняется у больного человека пульс и артериальное давление. При возможности нужно проверить эти показатели и запомнить их. Данную информацию следует сказать врачам.
- Потеря сознания, вызванная инсультом, говорит о значительном кровоизлиянии. Именно поэтому тело больного нужно поднять на тридцать градусов.
- При остановке дыхания нужно начать искусственную вентиляцию легких.
- Когда приедет бригада скорой помощи, врачам необходимо указать, как начались проблемы, насколько стал хуже себя чувствовать и выглядеть больной, а также какие таблетки он принимал.

Профилактика инсульта

У людей после 50 лет происходят нормальные возрастные изменения кровеносных сосудов – снижение эластичности сосудистой стенки, которая может не выдержать резкого повышения давления, например, на фоне стресса или сильных эмоций и физического перенапряжения. Основные профилактические мероприятия предотвращения заболеваний системы сосудов и сердечного органа:

- Правильное питание, ограничение приема продуктов, содержащих насыщенные жирные кислоты. Увеличение в питании продуктов, содержащих полиненасыщенные жирные кислоты.
- Постоянные адекватные физические нагрузки на организм...
- Полный отказ от курения.
- Отказ от употребления алкоголя.
- Избегание стрессовых ситуаций.
- Наблюдение за артериальным давлением.
- Контроль уровня сахара крови, холестерина и липидного профиля.

Если врач поставил диагноз гипертония, нужно следить за состоянием давления на постоянной основе. Пациенту рекомендуется приобрести точный электронный тонометр для постоянного контроля давления. Высокое кровяное давление может привести к повреждению внутренних стенок артерий, которые подвержены разрыву или спазму. Внезапно возникшее сильное головокружение, может являться опасным симптомом приближающегося приступа. Самостоятельно сложно оценить угрозу возникновения

инсульта и оценить его последствия. При появлении волнующих симптомов необходимо срочно обратиться к врачу.

Контроль состояния своего здоровья

СОГАЗ-Мед напоминает: своевременное прохождение профилактических мероприятий в несколько раз уменьшает риск возникновения опасных заболеваний.

Раз в год россияне могут проходить профилактический медосмотр. В возрасте 18-39 лет раз в три года можно проходить диспансеризацию, а после 40 лет можно проходить диспансеризацию ежегодно. С подробностями проведения профилактических мероприятий каждый может ознакомиться на сайте СОГАЗ-Мед [hwww.sogaz-med.ru](http://www.sogaz-med.ru) или у страховых представителей по телефону 8-800-100-07-02.

Источник: Википедия страхования, 30.07.2019