

# ИНСУЛЬТ



# 103 ВЫЗЫВАЙТЕ СКОРУЮ!



## УГРОЖАЮЩИЕ ПРИЗНАКИ

ЕСЛИ ПРИСУТСТВУЮТ ХОТЯ БЫ 2 ИЗ ЭТИХ ПРИЗНАКОВ,  
НЕОБХОДИМО **СРОЧНО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ.**



**СЛАБОСТЬ ИЛИ ОНЕМЕНИЕ  
КОНЕЧНОСТЕЙ С ОДНОЙ  
СТОРОНЫ**



**АСИММЕТРИЯ ЛИЦА**



**НАРУШЕНИЕ ЗРЕНИЯ  
ИЛИ ДВОЕНИЕ В ГЛАЗАХ**



**ВНЕЗАПНАЯ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ  
НАРУШЕНИЕ КООРДИНАЦИИ**



**НАРУШЕНИЕ РЕЧИ  
ИЛИ ЗАТРУДНЕНИЕ  
ПОНИМАНИЯ**



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ



АГЕНТСТВО  
СТРАТЕГИЧЕСКИХ  
ИНИЦИАТИВ

**АНТИСТРОКС**

ПРОГРАММА ПО БОРЬБЕ С СОСУДИСТЫМИ  
ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ГОЛОВНОГО МОЗГА



[www.antistrokes.ru](http://www.antistrokes.ru)



# АЛГОРИТМ НЕОТЛОЖНЫХ ДЕЙСТВИЙ

1

**Срочно вызовите бригаду скорой медицинской помощи с мобильного телефона по номеру 103**

2

**Точно опишите диспетчеру все, что произошло, для вызова специализированной неврологической бригады**

3

**До прибытия бригады скорой медицинской помощи:**

Обеспечьте приток свежего воздуха: откройте форточку, снимите тесную одежду, расстегните воротничок рубашки, тугой ремень или пояс; если событие произошло в помещении, удалите лишних людей из комнаты, рядом должны остаться только те, кто может помочь.

Уложите больного так, чтобы голова была приподнята примерно на 30 градусов. Для этого можно использовать одеяло, подушки, одежду. Удалите платком или салфеткой из полости рта съемные протезы, остатки пищи и др., убедитесь, что больной дышит.

При первых признаках рвоты поверните голову больного так, чтобы рвотные массы не попали в дыхательные пути, аккуратно подложите под нижнюю челюсть полиэтиленовый пакет или миску. После того, как приступ рвоты прекратился, попытайтесь как можно тщательнее очистить от рвотных масс полость рта.

Измерьте температуру тела; если она повышена, положите на лоб и голову холод (смоченное холодной водой полотенце, платок).

Если капает слюна изо рта, наклоните голову к более слабой стороне тела, промокайте слюну чистыми салфетками.

Измерьте уровень артериального давления (АД) и запишите показания, чтобы сообщить врачу. Если давление более 220 мм рт.ст., то положите на ноги больного грелку / бутылку с горячей водой или опустите ноги в таз с горячей водой. Во избежание ожогов нужно контролировать температуру воды.

Успокойте больного, всеми возможными способами старайтесь оказывать моральную поддержку, старайтесь не суетиться и не показывать больному вашего чрезмерного беспокойства.

При приезде бригады скорой помощи постарайтесь четко и внятно рассказать врачу, что произошло и о том, что вы делали.

**Помните! Своевременно (в первые 10 минут) вызванная скорая медицинская помощь снижает риск летального исхода**



# КАК РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ



Попросите улыбнуться – асимметрия лица



Попросите удерживать руки перед собой – парализованная рука не поднимется или быстро опустится, слабость, онемение, «непослушность» или обездвиживание руки, ноги, половины тела



Попросите повторить простое предложение, например, «тридцать три» – определяется «каша во рту», затруднения в подборе нужных слов, понимании речи и чтения, невнятная и нечёткая речь вплоть до её полной потери



Попросите пострадавшего высунуть язык – язык кривой или язык неправильной формы, отклоняется в сторону



Нарушение или потеря зрения, «двоение» в глазах



Нарушение равновесия и координации движений (ощущения «покачивания, проваливания, вращения тела, головокружения», неустойчивая походка вплоть до падения)



Необычная сильная головная боль по типу «удара по голове», часто с тошнотой и рвотой (нередко после стресса или физического напряжения)

Спутанность сознания или его утрата, неконтролируемое мочеиспускание или дефекация



АГЕНТСТВО  
СТРАТЕГИЧЕСКИХ  
ИНИЦИАТИВ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ

ПРОГРАММА ПО БОРЬБЕ С СОСУДИСТЫМИ  
ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ГОЛОВНОГО МОЗГА

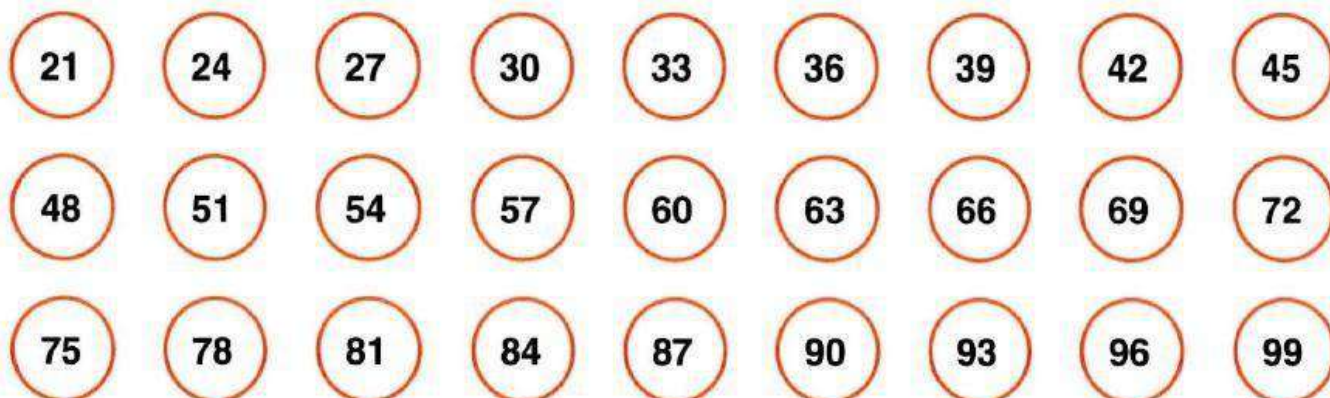
 **АНТИСТРОКС**

[www.antistrokes.ru](http://www.antistrokes.ru)



# НАЙДИ ВРЕМЯ ДЛЯ СВОЕГО ЗДОРОВЬЯ

## ЕСЛИ ВАШ ВОЗРАСТ



## ПРИГЛАШАЕМ ПРОЙТИ БЕСПЛАТНУЮ ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ

Своевременно выявить факторы риска, уберечь себя от развития сахарного диабета, инфаркта миокарда, инсульта, рака, болезней легких и т.д., а также выявить болезнь на ранней стадии и приступить к лечению – цель диспансеризации.

**Каких специалистов и какие исследования (в соответствии с возрастом и полом) вы сможете пройти:**

клинический, биохимический анализ крови (холестерин, глюкоза и др.), общий анализ мочи, кал на скрытую кровь, ЭКГ, УЗИ, флюорографию легких, маммографию, измерение внутриглазного давления, консультацию врача-терапевта.

**Если имеются показания,** Вас дополнительно осматрят: офтальмолог, невролог, хирург, уролог, гинеколог, отоларинголог, проведут дополнительные исследования: УЗИ сосудов, эндоскопию желудка, кишечника, углубленное профилактическое консультирование.

**Обратитесь с полисом ОМС в медицинскую организацию по месту жительства (прикрепления):**

---

(наименование учреждения здравоохранения)

---

(телефон)

# ВЫЯВЛЕНИЕ И КОНТРОЛЬ ФАКТОРОВ РИСКА – ЭТО ЛУЧШИЙ СПОСОБ СНИЗИТЬ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ РИСК РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА:

- 1** **Повышенное артериальное давление (выше 140/90 мм рт.ст.).** Риск инсульта у больных с АД более 160/95 мм рт.ст. возрастает приблизительно в 4 раза
- 2** **Повышенный уровень холестерина** (более 5,0 ммоль/л)
- 3** **Ожирение** (индекс массы тела более 30)
- 4** **Низкий уровень физической активности** (менее 30 минут в день)
- 5** **Потребление фруктов и овощей** менее 400 граммов в день
- 6** **Курение**
- 7** **Стресс и депрессия**
- 8** **Злоупотребление алкоголем** (разовое потребление крепкого алкоголя более 30 мл для женщин и более 30–60 мл для мужчин)
- 9** **Возраст.** С возрастом увеличивается риск развития инсульта. С каждым десятилетием после 55 лет риск развития инсульта удваивается
- 10** **Генетическая предрасположенность**
- 11** **Мерцательная аритмия** (нарушение сердечного ритма и другие заболевания сердца)
- 12** **Сахарный диабет.** Лица, страдающие диабетом, имеют высокий риск развития инсульта



АГЕНТСТВО  
СТРАТЕГИЧЕСКИХ  
ИНИЦИАТИВ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ

ПРОГРАММА ПО БОРЬБЕ С СОСУДИСТЫМИ  
ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ГОЛОВНОГО МОЗГА

 **АНТИСТРОКС**

[www.antistrokes.ru](http://www.antistrokes.ru)