

## ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

(для населения)

**Щербоносова Татьяна Анатольевна**

заведующая кафедрой нервных болезней и психиатрии,

КГБОУ ДПО Институт повышения квалификации специалистов здравоохранения

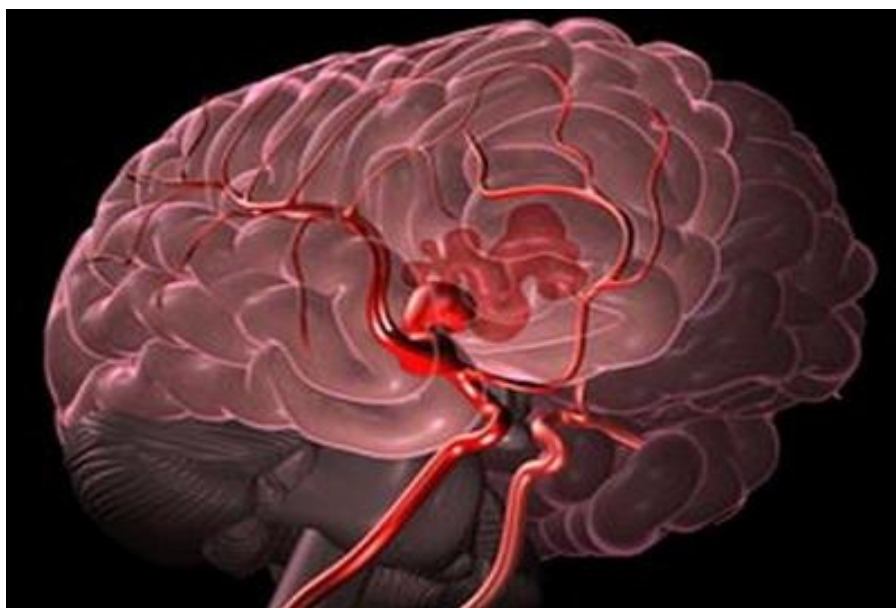
**Горбулина Светлана Владимировна**

ассистент кафедры «нервных болезней и психиатрии»,

КГБОУ ДПО Институт повышения квалификации специалистов здравоохранения

**Инсульт** – внезапное нарушение кровообращения мозга, закупорка или разрыв какого-либо сосуда головного мозга. При закупорке сосудов возникает ишемический инсульт, при разрыве — геморрагический инсульт. Его принято считать самым распространенным заболеванием головного мозга у взрослого населения. Причем с возрастом риск возникновения инсульта значительно возрастает. По статистике в год инсультом поражает 0,1 — 0,4 % населения в зависимости от страны проживания. Инсульт является лидером среди причин инвалидности человека и занимает 3 место среди причин смертности населения.

Научные исследования доказали, что раньше инсульт поражает мужчин, но и женская половина человечества немало страдает от этого заболевания. Поэтому каждому нужно обязательно знать первые признаки инсульта, чтобы своевременно оказать помощь больному человеку, ведь промедление в этом случае недопустимо.



*Инсульт – острое нарушение мозгового кровообращения*

Еще до активного развития инсульта у больного могут появляться признаки переходящего нарушения кровообращения мозга.

### **Предвестники инсульта:**

- человек ощущает внезапную и ничем не объяснимую головную боль. Она появляется не из-за стресса или каких-то иных объяснимых причин;
- появляется головокружение, теряется координация движений или равновесие;
- может онеметь какая-то часть тела: язык, лицо, рука или нога, туловище. Такое явление присутствует на одной стороне тела – на правой или на левой и сопровождается слабостью;

- неожиданное ухудшается зрение. Больному становится плохо видеть, как одним, так и двумя глазами;
- нарушается сознание и ориентация в окружающей обстановке;
- может быть расстройство речи.

Вышеописанные ощущения появляются резко и пропадают через несколько минут или часов. И если такие атаки повторяются регулярно, то у человека за год развивается инсульт разной степени тяжести. Не нужно ждать, что все скоро закончится, следует сразу же вызвать «скорую помощь».

#### **До приезда бригады «скорой помощи» нужно сделать следующее:**

- успокоить больного и уложить его в постель. Желательно, чтобы он повернул голову набок. Если человек возбужден, постоянно уговаривайте его, чтобы он успокоился. До приезда медиков его нельзя перемещать в другое место;

- на голову пострадавшего от инсульта положите намоченное в холодной воде полотенце. Подойдет и пакет со льдом или любые замороженные продукты;

- измерить артериальное давление. Если оно высокое, нужно дать больному препарат, который понижает давление, но препарат должен быть тем, который обычно принимает больной;

- создать доступ свежего воздуха в помещение. Нужно сразу же убрать больного из душного, особенно накуренного помещения. Обязательно откройте окна, расстегните стесняющую дыхание одежду – нужно как можно больше воздуха.

**Чтобы проверить, что это признаки инсульта можно провести несложный тест:** попросите улыбнуться, если половина лица остается неподвижной – это инсульт. Попросите удержать руки поднятыми вверх, при слабости мышц это не удастся сделать, попросите повторить простую фразу, если вслед за вами повторить не удастся, значит есть проблемы с артикуляцией и это острый приступ нарушения кровообращения. Попросите высунуть язык — его кончик отклоняется в сторону очага в головном мозге, если есть инсульт. Если такие симптомы возникают - это ишемический инсульт, симптомы которого однозначны и позволяют предположить нарушение кровообращения мозга. Чем раньше будет оказана экстренная медицинская помощь, тем более благоприятным будет прогноз столь тяжелого заболевания. **Оптимально, если обратиться за помощью в течение 2-3 часов после начала приступа.**



#### **Отличие инсульта и его причин у женщин, от инсульта у мужчин.**

Женщин инсульт поражает в основном после 60 лет, у мужчин же риск появляется уже после 40 лет. Ранее считалось, что инсульт удел пожилых людей и женщин инсульт поражает реже, чем мужчин, а также что после 60 лет риск одинаков как у мужчин, так и у женщин. Однако, в возрасте 18 — 40 лет у женщин инсульт стал происходить чаще, чем у мужчин. У беременных тоже выше вероятность инсульта. Молодые женщины зачастую игнорируют симптомы преходящей ишемии. Женщины переносят инсульт тяжелее, чем мужчины. Смертность у женщин от инсульта выше, чем у мужчин. Меньший процент женщин способны вернуться к прежнему ритму жизни после инсульта, мужчины лучше справляются с этим. «Нетрадиционные» ранние первые признаки инсульта у женщин могут отмечаться чаще, чем у мужчин. К общеизвестным факторам риска у женщин добавляются — прием оральных контрацептивов, патологическое течение беременности, мигренозные боли, у женщин выше предрасположенность к тромбозам и сосудистым осложнениям. Женщины, с частыми перепадами настроения, не стрессоустойчивые, не уравновешенные, со склонностью к заикливаниям на проблемах, больше подвержены инсульту головного мозга. У курящих женщин после 30 лет, и принимающих противозачаточные средства, на 22 процента увеличивается риск инсульта. В последние десятилетия очень часты случаи тяжелых ишемических инсультов, связанных с популярностью такого метода контрацепции, как оральные контрацептивы.

#### **Признаки инсульта у женщин.**

Симптомы заболевания, как у женщин, так и у мужчин, прежде всего, будут зависеть от той части мозга, которая подверглась атаке недуга. Если поражена его правая часть, то симптомы болезни появляются в левой половине тела и, наоборот – при поражении левой части головного мозга изменения ощущаются на органах, которые находятся справа.

#### **Основные симптомы инсульта у женщин бывают следующие:**

- невыносимая головная боль без веских на то причин;
- лицо начинает неметь, присутствует слабость мимических мышц;
- немеет по одной стороне тела нога и рука;
- женщина неспособна жестикулировать;
- нарушается речь, больная не может сказать ни слова или говорит невнятно, также она не может понять, что говорят ей;
- нарушается зрение, вплоть до его потери, это актуально особенно для одного глаза. Может двоиться в глазах;
- нарушается координация движений;
- может быть резкая потеря равновесия, в ногах, руках или другой половине тела появляются судороги;
- больная может упасть, так как появляется ничем не объяснимое головокружение;
- при инсульте возможно развитие депрессии и женщина не может управлять своими эмоциями – плачет или смеется без причины;
- появляется тошнота, вплоть до рвоты, икота, повышается температура, нарушаются глотательные функции;
- на небольшой промежуток времени может быть потеря сознания. Перед этим лицо у женщины становится красное, она начинает часто и глубоко дышать, пульс понижается, а зрачки перестают реагировать на свет.

#### **Признаки инсульта у мужчин.**

Главные симптомы заболевания у представителей мужского пола практически такие, как и у женщин и к ним относятся:

- невыносимая внезапно появляющаяся головная боль, которая сопровождается

головокружением;

- появляется резкая слабость, которую ничем не объяснить;
- начинает неметь пораженная недугом часть тела. Если инсульт левосторонний, то боль и онемение ощущается в правой части тела, а если болезнь задела правую сторону – то онемение с болевыми ощущениями присутствуют слева;
- может быть ухудшение зрения и расстройство речи;
- очень часто бывают судороги, тошнота, переходящая в рвоту, повышение температуры тела, потеря сознания и даже кома.

**Также специалистами были выявлены атипичные симптомы.** К ним относят сухость во рту, боль в груди, психические нарушения. По отдельности они не вызывают подозрений на апоплексический удар, но в комплексе с типичными дают серьезные основания для немедленного обращения к врачу.

#### **Симптомы геморрагического инсульта у молодых людей.**

Эта болезнь поражает не только людей зрелого возраста, она развивается и у молодежи. На это влияет разрыв аневризмы церебрального сосуда, такое явление чаще всего наблюдается в молодом возрасте. В оболочку головного мозга происходит кровоизлияние и появляется такая сильная головная боль, что человек кричит от невыносимых болевых ощущений. Дальше начинается рвота и потеря сознания, но потом больной приходит в сознание. Такие больные чувствуют постоянную сонливость и заторможенность, которые не покидают их несколько дней подряд, при этом сильно болит голова, возможна рвота, но параличей нет.

#### **Предотвратить инсульт поможет правильное питание и здоровый образ жизни**

Ни один человек на планете не застрахован от страшных болезней или преждевременной смерти. Но у каждого есть возможность предотвратить беду. В случае с инсультом у женщин, особенно молодых, специалисты рекомендуют придерживаться следующих рекомендаций. Некоторые из этих полезных советов помогут предотвратить инсульт не только у женщин, но и мужчин любого возраста:

- сократить употребление соленой и жирной пищи;
  - воздержаться от курения и одновременного принятия гормональных противозачаточных средств;
  - в случае заболевания сахарным диабетом необходимо тщательным образом контролировать уровень сахара в крови;
  - не злоупотреблять алкогольными и энергетическими напитками;
  - заниматься спортом или ежедневно делать зарядку;
  - следить за режимом сна — недосыпание также может привести к нарушению кровообращения в сосудах головного мозга;
  - следить за весом — лишние килограммы подталкивают организм ко множеству заболеваний;
  - употреблять больше фруктов и пить побольше чистой воды.
-



Фрагмент статьи «Лежать или лечиться»,  
«Российская газета»  
от 23 апреля 2015, №86 (6657)

**ЗАБОЛЕЛО СЕРДЦЕ?**

**ПРИЗНАКИ ПРИСТУПА:**

СИЛЬНАЯ ДАВЯЩАЯ БОЛЬ В ГРУДИ. ОТДАЕТ В ЛЕВОЕ ПЛЕЧО, ПРЕДПЛЕЧЬЕ, ШЕЮ, НИЖНЮЮ ЧЕЛЮСТЬ, ВЕРХНЮЮ ЧАСТЬ ЖИВОТА. ДЛИТСЯ БОЛЕЕ 5 МИНУТ.



**ПРИЗНАКИ ИНФАРКТА:**

ОСТРАЯ КИНЖАЛЬНАЯ БОЛЬ В ГРУДИ. ОДЫШКА, СЛАБОСТЬ, ПОТЛИВОСТЬ. НЕ ПРОХОДИТ ОТ НИТРОГЛИЦЕРИНА.

**ЧТО ДЕЛАТЬ?**

1

ОТКРЫТЬ ФОРТОЧКИ ИЛИ ОКНО



2

СЕсть, ЛУЧШЕ В КРЕСЛО С ПОДЛОКОННИКАМИ, ИЛИ ЛЕЖЬ В ПОСТЕЛЬ С ПРИПОДНЯТЫМ ИЗГОЛОВЬЕМ.



3

РАССТЕГНУТЬ ВОРОТНИК И РЕМЕНЬ (РАЗВЯЗАТЬ ПОЯС).



4

ПРИНЯТЬ 0,25 Г АСПИРИНА (РАЗЖЕВАТЬ, ПРОГЛОТИТЬ) И 0,5 МГ НИТРОГЛИЦЕРИНА (ПОЛОЖИТЬ ПОД ЯЗЫК).



6

ГЛУБОКО ВДОХНУТЬ И СИЛЬНО ПОКАШЛЯТЬ В ТЕЧЕНИЕ 1-2 МИНУТ. КАШЕЛЬ УСИЛИТ ДАВЛЕНИЕ НА СЕРДЦЕ, ОНО БУДЕТ РАБОТАТЬ ЛУЧШЕ.



5

РАСТЕРЕТЬ ГРУДЬ ШЕРСТЯНЫМ ШАРФОМ, ВЕРЕЖКОЙ ИЛИ ЛАДОНЬЮ ДО КРАСНОТЫ. ЭТО УВЕЛИЧИТ ПРИТОК КРОВИ К СЕРДЦУ.



7

ЕСЛИ БОЛЬ НЕ ПРОХОДИТ, ЧЕРЕЗ ПЯТЬ МИНУТ ВТОРОЙ РАЗ ПРИНЯТЬ НИТРОГЛИЦЕРИН И ВЫЗВАТЬ СКОРУЮ ПОМОЩЬ. ЕСЛИ ЧЕРЕЗ 10 МИН ПОСЛЕ ВТОРОЙ ДОЗЫ БОЛЬ СОХРАНЯЮТСЯ, В ТРЕТИЙ РАЗ ПРИНЯТЬ НИТРОГЛИЦЕРИН.



**ЧЕГО НЕ ДЕЛАТЬ?**

1

НЕ ПРИКЛАДЫВАТЬ К СЕРДЦУ ХОЛОД - СОСУДЫ МОГУТ СУЗИТЬСЯ, РАЗОВЬЕТСЯ ИНФАРКТ.



2

НЕ ХОДИТЬ, НЕ ВСТАВАТЬ, НЕ КУРИТЬ И НЕ ЕСТЬ.



3

ЕСЛИ ЕСТЬ АЛЛЕРГИЯ НА АСПИРИН ИЛИ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДКА, АСПИРИН ПРИНИМАТЬ НЕЛЬЗЯ.



4

ЕСЛИ ДАВЛЕНИЕ НИЗКОЕ ИЛИ СИЛЬНО БОЛИТ ИЛИ КРУЖИТСЯ ГОЛОВА, ЕСЛИ НАРУШЕНА РЕЧЬ ИЛИ КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ, НЕЛЬЗЯ ПРИНИМАТЬ НИТРОГЛИЦЕРИН.



**ЧТО ДАЛЬШЕ?**

ЕСЛИ ПОСЛЕ ПРИЕМА АСПИРИНА И НИТРОГЛИЦЕРИНА БОЛИ ПОЛНОСТЬЮ ИСЧЕЗЛИ И СОСТОЯНИЕ УЛУЧШИЛОСЬ, ВЫЗВАТЬ ВРАЧА НА ДОМ. ЛЕЧИТЬСЯ У НЕГО.



ДО ВЫЗОВА ВРАЧА НЕ ВЫБРАСЫВАТЬ УПАКОВКИ ОТ ЛЕКАРСТВ, ПРИНЯТЫХ НАКАНУНЕ.



ТЕМ, КТО РЯДОМ, К ПРИЕЗДУ ВРАЧА ПРИГОТОВИТЬ МЕДИЦИНСКИЕ ДОКУМЕНТЫ ПАЦИЕНТА, КОТОРЫЕ ЕСТЬ У НЕГО НА РУКАХ (ВЫПИСКИ, РЕЗУЛЬТАТЫ АНАЛИЗОВ, ЭКГ И Т.П.)

