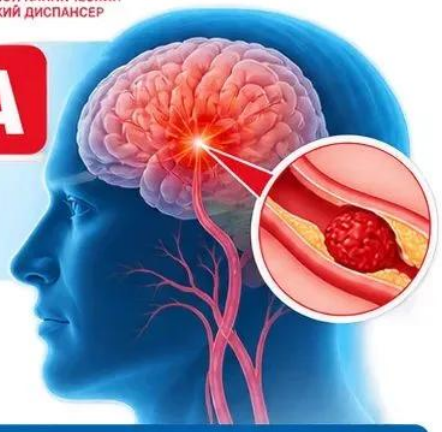
ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТНАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА

ТОККД
ТУЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР

ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА



Инсульт – это осложнение заболеваний сердечно-сосудистой системы таких как артериальная гипертензия, нарушения сердечного ритма, атеросклероз и сахарный диабет.

Как избежать инсульта?
Важно вовремя выявить факторы риска этого заболевания и принять необходимые меры их коррекции.

ФАКТОРЫ РИСКА ИНСУЛЬТА

Вероятность развития инсульта зависит от наличия соответствующих факторов риска.
Факторы риска делят на контролируемые (на которые можно повлиять) и неконтролируемые (на которые нельзя повлиять, но необходимо учитывать).

НЕКОНТРОЛИРУЕМЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА

- Возраст
- Мужской пол
- Наследственность

ФАКТОРЫ ОБРАЗА ЖИЗНИ

К контролируемым факторам риска также относятся:

- Нерациональное питание
- Избыточный вес
- Недостаточная физическая активность
- Психоэмоциональное напряжение

КОНТРОЛИРУЕМЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА

- **Повышенное артериальное давление** – давление выше 160/90 мм рт.ст. повышает вероятность инсульта в 4 раза, а от 200/110 мм рт.ст. – в 10 раз.
- **Заболевания сердца** (мерцательная аритмия) увеличивают риск ОНМК в 3–4 раза.
- **Сахарный диабет** – увеличивает вероятность развития инсульта в 3–5 раз.
- **Курение** – увеличивает вероятность сосудистых катастроф в 2 разз; риск повторного инсульта у курильщиков в 6 раз выше.
- **Высокий уровень липопротеинов низкой плотности** – отражает степень развития атеросклероза.
- **Злоупотребление алкоголем** – может увеличить риск инсульта до 3 раз.

ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ ПРОФИЛАКТИКИ

- Выявление и лечение артериальной гипертензии
- Выявление и лечение нарушений сердечного ритма
- Постоянная медикаментозная коррекция для нормализации липидов в крови
- Избегать стрессов и соблюдать режим труда и отдыха

ПЕРВИЧНАЯ ПРОФИЛАКТИКА

Наиболее эффективный метод – изменение образа жизни:

- Регуляция массы тела
- Отказ от вредных привычек (курение, алкоголь)
- Достаточная физическая активность
- Применение статинов – нормализация холестеринового обмена и снижение риска сосудистой катастрофы
- Медикаментозная коррекция давления
- Антиагрегантная и антикоагулянтная терапия

КОНТРОЛИРУЙТЕ ФАКТОРЫ РИСКА – СОХРАНИТЕ ЗДОРОВЬЕ МОЗГА!

ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТНАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА

РЕАБИЛИТАЦИЯ ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА

РАНЬШЕ НАЧАЛИ — БОЛЬШЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ





На смену длительному постельному режиму пришла **ранняя реабилитация.**



Сразу после стабилизации состояния, **не позднее 48 часов от начала заболевания,** пациента осматривает мультидисциплинарная бригада врачей.



Подъем изголовья кровати на **30 градусов** готовит организм к вертикализации.

Восстановление начинается в первые сутки с:

- правильного позиционирования
- поворотов
- пассивной гимнастики

Это предотвращает пролежни и контрактуры.



Ежедневные занятия вне постели в течение **30–45 минут** повышают шансы на благоприятный исход **на 13%,**

а возможность пройти 50 метров без посторонней помощи — **на 66%.**

С пациентом работает команда специалистов:

- реабилитологи
- логопеды
- психологи
- и другие специалюсты

С постинсультной депрессией сталкивается **более 40% больных.**



Родственников обучают базовому уходу и перемещению.



В Тульской области **второй этап реабилитации организован в:**

- Тульской областной клинической больнице
- ГБ №10 г. Тулы
- Новомосковской городской клинической больнице.



Максимальный прогресс достигается в течение первого года, хотя когнитивные функции могут восстанавливаться значительно дольше.



Раннее включение реабилитационных процедур и системная работа специалистов кардинально меняют прогноз для пациента.



ТАКОЙ ПОДХОД ПОЗВОЛЯЕТ ВЕРНУТЬ УТРАЧЕННЫЕ ФУНКЦИИ, СНИЗИТЬ УРОВЕНЬ ИНВАЛИДИЗАЦИИ И ВЕРНУТЬ ЧЕЛОВЕКА К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ЖИЗНИ.

ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТНАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА

ИШЕМИЧЕСКИЙ ИНСУЛЬТ

ОСТАЕТСЯ ОДНОЙ ИЗ ГЛАВНЫХ УГРОЗ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ.



Главный фактор при этом диагнозе — **ВРЕМЯ.**

Если кровоток в пораженном участке мозга не восстановить в первые часы, нейроны гибнут безвозвратно.

Традиционное медикаментозное растворение тромбов имеет жесткие ограничения по времени и эффективности.

Прорывным решением стала **ТРОМБЭКСТРАКЦИЯ** — механическое удаление тромба из сосуда головного мозга.

КАК ПРОХОДИТ ТРОМБЭКСТРАКЦИЯ?

С помощью микроинструмента хирург проводит катетер к месту закупорки, захватывает сгусток специальным стент-ретривером и извлекает его наружу.



1. Катетер подводится к тромбу
2. Тромб захватывается стент-ретривером
3. Тромб извлекается наружу

Эта операция расширяет терапевтическое окно до **24 ЧАСОВ** и возвращает к жизни пациентов даже в запущенных случаях.

В Тульской области этот высокотехнологичный метод внедрен в практику сразу **ТРЕХ РЕГИОНАЛЬНЫХ СОСУДИСТЫХ ЦЕНТРОВ.**

Своевременное проведение тромбэкстракции кардинально меняет исходы тяжелых инсультов.

Возможность быстро восстановить проходимость крупных сосудов спасает жизни и предотвращает инвалидность у большинства пациентов.

ТУЛЬСКАЯ ОБЛАСТНАЯ КЛИНИЧЕСКАЯ БОЛЬНИЦА

ТУЛЬСКИЙ ОБЛАСТНОЙ КЛИНИЧЕСКИЙ КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ДИСПАНСЕР

29 ОКТЯБРЯ — ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ БОРЬБЫ С ИНСУЛЬТОМ

29 ОКТЯБРЯ

Ежегодно **29 октября** мир отмечает **День борьбы с инсультом**, чтобы обратить внимание на серьезность заболевания и важность его ранней диагностики.



ИНСУЛЬТ ТРЕБУЕТ НЕМЕДЛЕННОГО МЕДИЦИНСКОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА.

Если вовремя его распознать и обратиться за помощью, то можно повысить шансы сохранить максимально возможное количество клеток мозга и восстановить большинство функций.

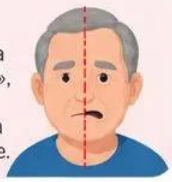
Инсульт — это нарушение кровообращения определенной зоны головног о мозга, приводящее к повреждению и некрозу его участков. В результате часть нервных клеток погибает, и организм утрачивает одну из функций, за которую отвечали погибшие клетки — наступает паралич, потеря речи или другие серьезные нарушения.
Инсульт — одна из самых распространенных причин смертности и инвалидности.

ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

- Неожиданная слабость или онемение в одной руке или ноге, онемение губы или одной стороны лица
- Проблемы с речью или ее пониманием
- Внезапная потеря равновесия, проблемы с координацией движений и глотанием, потеря сознания
- Резкая, невыносимая головная боль без явной причины или после эмоциональной, или физической нагрузки
- Затуманенное, размытое зрение или потеря зрения в одном, или обоих глазах

ТРИ ОСНОВНЫХ ПРИЕМА РАСПОЗНАВАНИЯ СИМПТОМОВ ИНСУЛЬТА

1 УЛЫБНУТЬСЯ.
При инсульте улыбка получается «кривой», поскольку мышцы одной стороны лица слушаются гораздо хуже.



2 ЗАГОВОРИТЬ.
Обычно в момент мозговой катастрофы человек не может связно выговорить даже свое имя.



3 ПОДНЯТЬ ОБЕ РУКИ.
Как правило, руки не могут подняться на один уровень, поскольку одна сторона тела слушается хуже.



ПРИ МАЛЕЙШИХ ПОДОЗРЕНИЯХ НА ИНСУЛЬТ НЕОБХОДИМО ОБРАТИТЬСЯ В СКОРУЮ ПОМОЩЬ ПО ТЕЛЕФОНУ 103!



Будьте здоровы!

Еще больше полезной информации о профилактике сердечно-сосудистых заболеваний читайте в наших материалах.

ЗАПОМНИ!

ФОРМУЛА РАСПОЗНАВАНИЯ ИНСУЛЬТА:



УЛЫБКА:

при инсульте
улыбка кривая



ДВИЖЕНИЕ:

при инсульте
не получится
одновременно
поднять обе руки
(одна будет отставать
или не двигаться)



АРТИКУЛЯЦИЯ:

при инсульте речь
невнятная или
заторможенная



РЕШЕНИЕ:

если вы увидели
хотя бы один
признак,

**немедленно
вызовите скорую
помощь!**


#ТЫ СИЛЬНЕЕ
МИНЗДРАВ УТВЕРЖДАЕТ!
Неделя борьбы
с инсультом