

## 29 октября – Всемирный день борьбы с инсультом

**Инсульт (инфаркт головного мозга)** — одна из основных причин инвалидизации и смертности взрослого населения нашей планеты. К сожалению, если «пропустить» первые минуты и часы этого грозного заболевания, процесс становится необратимым. Вот почему



так важно знать правила первой помощи при инсульте.

### Когда происходит инсульт?

Инсульт происходит, когда перекрывается просвет или разрывается стенка какого-либо сосуда, расположенного в головном мозге. Инсульт может быть *ишемическим* (когда тромб полностью перекрывает просвет кровеносного сосуда) и *геморрагическим* (когда рвется стенка артерии, снабжающей кровью тот или иной участок мозга, образуется гематома).

**Факторы риска развития инсульта:** наследственность курение, гипертония, аритмия, избыточный вес и сахарный диабет.

**Правило инсульта:** Врачи рекомендуют запомнить три основных приема распознавания симптомов инсульта: **УЛЫБНИСЬ — ЗАГОВОРИ — ПОДНИМИ РУКИ (УЗП):**

1. Попросите человека **УЛЫБНУТЬСЯ**. При инсульте улыбка получается «кривой», поскольку мышцы одной стороны лица слушаются гораздо хуже.
2. **ЗАГОВОРИТЕ** с ним и попросите ответить на простой вопрос, например: «Как тебя зовут?». Обычно в момент мозговой катастрофы человек не может связно выговорить даже свое имя.
3. Предложите ему **ПОДНЯТЬ ОБЕ РУКИ** одновременно. Как правило, с этим заданием больному справиться не удастся, руки не могут подняться на один уровень, поскольку одна сторона тела слушается хуже.

### Что делать дальше?

\*Срочно вызывайте скорую помощь. Если это невозможно — везите больного в ближайшую больницу или медпункт самостоятельно.

\*До приезда бригады скорой помощи (или пока вы везете пострадавшего в больницу), нужно сделать следующее:

- уложить его так, чтобы *голова была выше туловища*, предоставить *доступ свежего воздуха* (открыть окно или вывести больного из душного помещения на улицу), *снять всю стесняющую одежду* (воротнички, манжеты, ремень);

- положить одновременно под язык *10 таблеток глицина*. Внимание! Не путать с нитроглицерином (он противопоказан при мозговых катастрофах!), а именно глицина—препарата, доказано улучшающего мозговое кровообращение.

- *измерьте артериальное давление*, скорее всего, оно будет повышенным, поэтому человеку нужно дать препарат, который он принимает постоянно (в случае, если ему этот препарат назначен врачом). Если лекарства под рукой нет — опустите ноги больного в таз с горячей водой;

- *если начинается рвота* — поверните голову набок, чтобы рвотные массы не попали в дыхательные пути. Когда рвота прекратится — постарайтесь снова дать больному глицин и его лекарство от гипертензии.

Если после комплекса этих мероприятий человеку «полегчало» — это не означает, что инсульт прошел стороной. Расслабляться рано, поскольку все вышеописанные симптомы могли быть признаками *транзиторной (преходящей) ишемической атаки (ТИА)*, то есть сосуд головного мозга был перекрыт не полностью, а лишь частично. Но подобный приступ в любой момент может обернуться и настоящим инсультом. Предотвратить его смогут лишь квалифицированные действия медиков, качественное обследование сосудов головного мозга, которое возможно только в клинике, и, конечно же, адекватная терапия этого состояния.