

*Школа здоровья – жизнь после
инсульта*

**ЧТО НЕОБХОДИМО
ЗНАТЬ
ОБ
ИНСУЛЬТЕ**

Статистика инсульта

- Ежегодно в России возникает инсульт у **450 000** человек.
- Преимущественно страдают лица старшего возраста.
- Инсульт занимает **третье место** после инфарктов миокарда и онкологии.

Инсульт – нарушение мозгового кровообращения



**Ишемический
инсульт –
резкое снижение
кровотока в
артериях мозга**



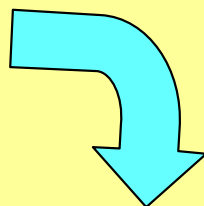
**Геморрагический
инсульт –
кровоизлияние
в мозг**

Течение инсульта

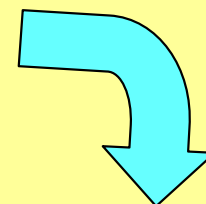
- **1–3-и сутки – острейший период.**
- **До 21-го дня – острый период.**
- **До 6 мес – ранний восстановительный период.**
- **До 2 лет – поздний восстановительный период.**

Механизм развития ишемического инсульта

АТЕРОСКЛЕРОЗ



Критическое
сужение
просвета
сосуда



Факторы риска инсульта

Артериальная гипертония

- **140/90** мм рт.ст. и ниже – норма.
- **160/95** – пограничная артериальная гипертензия (риск инсульта выше в **2** раза).
- **Выше 160/95** – гипертоническая болезнь (риск инсульта выше в **4 (!)** раза).

Факторы риска инсульта

Артериальная гипертония

- Каждый человек после 35 лет должен регулярно измерять своё АД.
- При нестабильности АД требуется измерять его 2–3 раза в день (ведение дневника).
- Необходимо соблюдать особые правила для правильного измерения АД.

Повышение уровня холестерина в крови

- Способствует появлению и росту холестериновых бляшек в просвете сосуда.
- Липопротеиды очень низкой плотности **(ЛПОНП)** – «плохой» холестерин.
- Липопротеиды высокой плотности **(ЛПВП)** – «хороший» холестерин.

Повышение уровня холестерина в крови **ДИЕТА**

- Источник пищевого жира и холестерина – мясо, яйца, молочные продукты.
- Преобладание «рыбного» меню уменьшает риск инсульта.

Факторы риска инсульта

Ожирение

- Нарушение режима питания.
- Гиперкалорийное питание (блюда «фаст фуд», лимонады и т.п.).
- Заболевания (сахарный диабет и др.).

Факторы риска инсульта

Ожирение

Определение индекса массы тела (ИМТ):

$\text{масса тела (кг)} / \text{рост (м)}^2$

- от 18,5 до 25 кг/м² — норма;
- от 25 до 29,9 кг/м² — избыточный вес;
- от 30 до 34,9 кг/м² — I степень ожирения;
- от 35 до 39,9 кг/м² — II степень ожирения;
- от 40 кг/м² и выше — III степень ожирения.

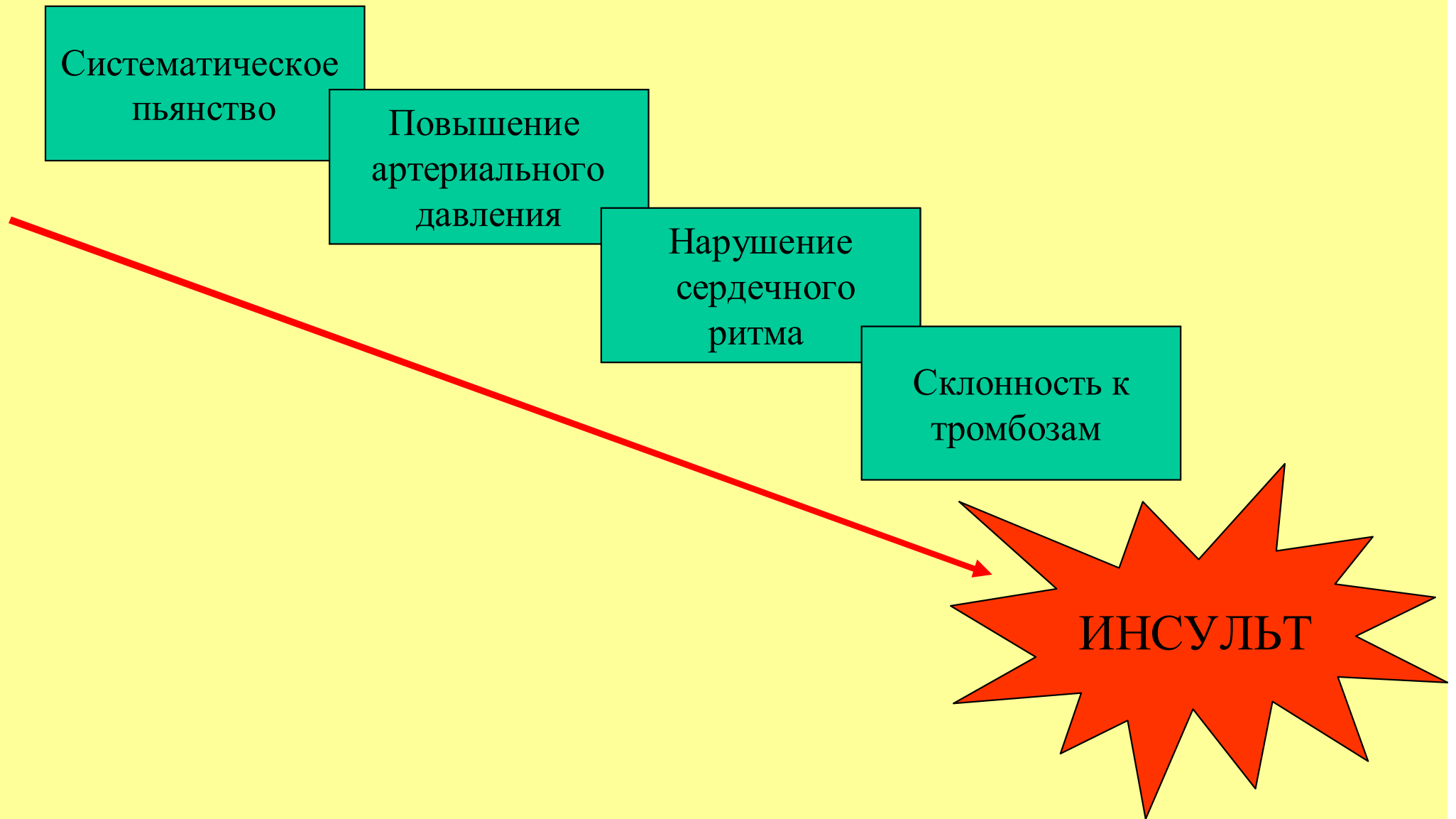
Факторы риска инсульта

Курение

- Повышает риск инсульта на **60%**.
- Пассивное курение **так же** вредно, как и активное.
- Воздержание от курения в течение **5 лет** уменьшает риск инсульта до уровня некурящих.

Факторы риска инсульта

Злоупотребление алкоголем



Факторы риска инсульта

Оральные контрацептивы

- Оральные контрацептивы с **высоким** уровнем эстрогенов увеличивают риск развития тромбозов и могут приводить к инсульту.
- Профилактика – использование контрацептивов с **низким** уровнем эстрогенов (только после консультации гинеколога!) либо **другие** методы контрацепции.

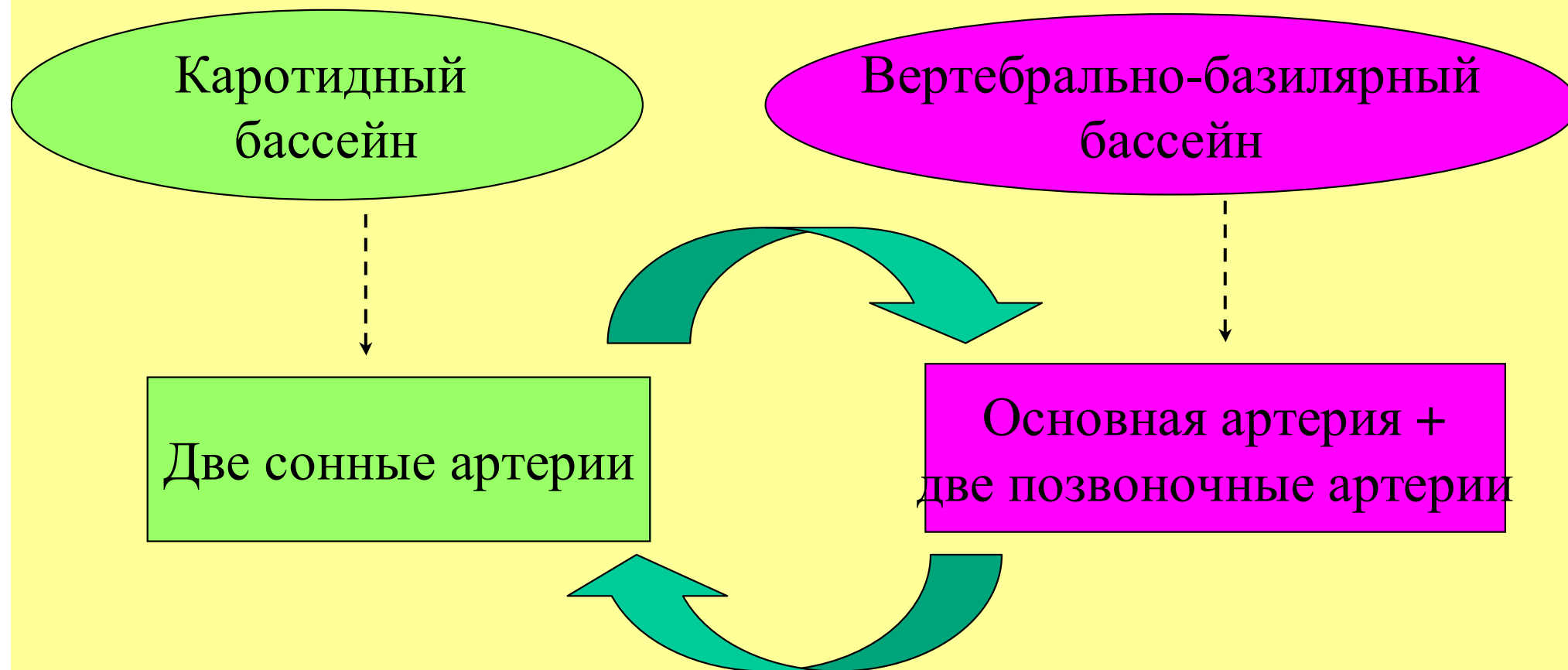
Факторы риска инсульта

Наследственность

- Семейная гиперхолестеринемия.
- Тяжелая наследственная артериальная гипертензия.
- Сахарный диабет.
- Наследственные болезни обмена (гомоцистеинурия, болезнь Фабри).

ПЕРЕРЫВ 10 МИН

Кровоснабжение головного мозга



Признаки инсульта

Инсульт в каротидном бассейне

- Нарушение движения половины тела (лицо, язык, конечности).
- Нарушение чувствительности половины тела.
- Нарушение речи (при поражении левого полушария у правшей, и наоборот).

Признаки инсульта

Инсульт в вертебрально-базилярном бассейне

- Вращательное головокружение.
- Неустойчивость при ходьбе («походка пьяного»).
- Двоение в глазах.
- Нарушение глотания, гнусавость и нечёткость речи.
- Нарушение движения во всех 4 конечностях.

Признаки инсульта

Преходящее нарушение МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ

- Признаки каротидного или вертебрально-базилярного инсульта, которые полностью проходят в течение первых суток.
- Требуются срочное обследование и лечение, даже если все симптомы «ушли»! Легкомыслие преступно!

Кровоизлияние в мозг (геморрагический инсульт)

Симптомы могут быть сходны с симптомами ишемического инсульта, во избежание ошибки требуется современное обследование (КТ, МРТ).

Варианты кровоизлияния:

- Гематома.
- Пропитывание мозга.
- Субарахноидальное кровоизлияние.

Субарахноидальное кровоизлияние

- Внезапная резкая боль по типу удара в затылок.
- Светобоязнь.
- Напряжение мышц шеи.
- Тошнота, рвота.

Субарахноидальное кровоизлияние

- Кровь циркулирует в ликвороносных путях.
- Возможно мнимое «благополучие», когда беспокоит лишь лёгкая головная боль.
- Диагностика – люмбальная пункция.

Люмбальная пункция

- Проводится под местной анестезией (обезболивание).
- Прокол осуществляется в той области поясницы, где нет спинного мозга.
- До сегодняшнего дня это единственный достоверный метод диагностики субарахноидального кровоизлияния (по обнаружению крови в спинномозговой жидкости).
- Отказ от пункции – лечение «наугад».

Вторичная профилактика инсульта

- Риск повторного инсульта – до 14%!
- Применение антиагрегантов (аспирин и его современные аналоги);
- Исследование крови на свёртываемость (коагулограмма, уровень тромбоцитов) – каждые 3 мес.

Вторичная профилактика инсульта

- Ежедневное измерение и коррекция артериального давления – постоянно.
- Исследование уровня холестерина и глюкозы крови.
- Диета с преобладанием овощей и рыбы.
- Полный отказ от курения, ограничение алкоголя.
- При необходимости – хирургическое сосудистое лечение.

Алгоритм действий при подозрении на инсульт:

1. Вызов «скорой помощи».
2. Не снижать артериальное давление (только если выше 200/110 мм рт.ст.).
3. Дать больному (за щёку) 10 таблеток (1 г) глицина.
4. Записывать все препараты, которые давали пациенту до прибытия «скорой».

Алгоритм действий при подозрении на инсульт

5. При рвоте – повернуть голову больного на бок.
6. При судорогах – удерживать голову и конечности (профилактика травмы).
7. При угнетении дыхания – реанимационные мероприятия: непрямой массаж сердца, дыхание рот в рот.
8. По прибытии «скорой» – госпитализация в нейрореанимационное отделение.

Лечение больных с инсультом

Вторичная профилактика

Инсульт

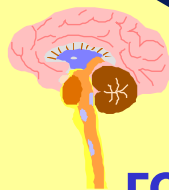
Вызов «скорой помощи»

Реабилитация до полного восстановления

Дифференцированная сосудистая терапия



Нейропротекторы вводятся во время транспортировки



КТ или МРТ
головного мозга

Инсульт – сосудистая катастрофа

**Но при ранней госпитализации,
правильном лечении,
последующей профилактике
и активной помощи родственников
есть возможность благополучного
исхода
для пациента.**