

Профилактика инсультов

Что такое инсульт

Инсульт – это ситуация при которой определенные участки мозга длительное время лишены кровоснабжения. В результате чего происходит их повреждение и гибель.

Повреждение определенных участков мозга вызывает сбой в их работе по управлению телом. Это называется «очаговая симптоматика».

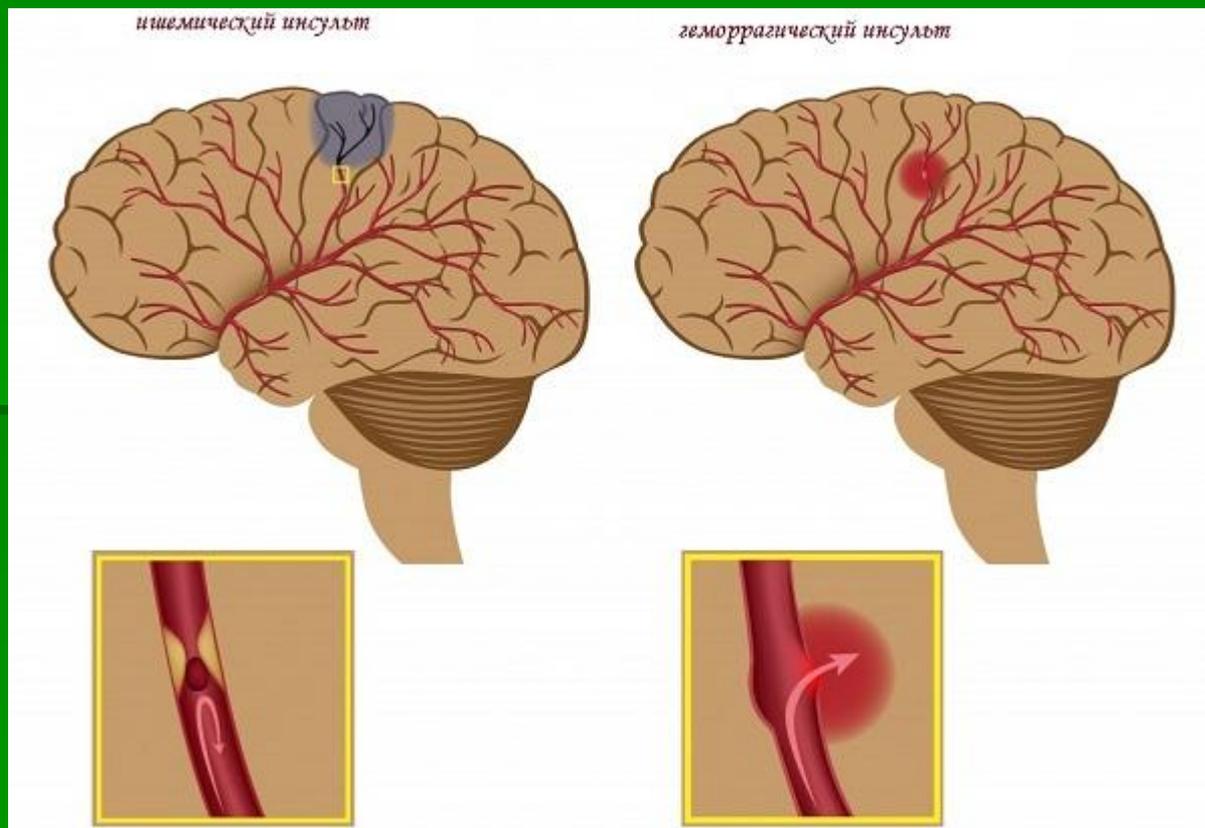
Виды инсультов

- Ишемический инсульт – нарушение питания мозга кровью из-за закупорки кровеносного сосуда тромбом.
- Гемморагический инсульт – повреждение участков мозга из-за пропитывания и сдавления кровью из лопнувшего сосуда.

Виды инсультов

Принцип водопровода.

- Засор
- Прорыв



Признаки инсульта

- Пускай человек улыбнется. При поражении мозга одна половина лица останется бездвижной.
- Пускай человек поднимет руки вперед. В случае инсульта поднимется только одна рука, а во второй будет очевидна мышечная слабость.
- Пускай человек произнесет простую фразу. Сложности с артикуляцией указывают на нарушение мозгового кровообращения.
- Пускай человек высунет язык. При патологии его кончик будет отклоняться в сторону – по направлению к очагу поражения тканей в мозге.

Признаки инсульта

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА:

Если внезапно...



нарушилась чувствительность или появилась слабость, особенно, на одной стороне тела



нарушилась речь или понимание обращенных слов



закружилась голова



нарушилось зрение на одном или обоих глазах, появилось ощущение двоения в глазах



нарушилась походка или произошла потеря сознания



наступила резкая и сильная головная боль без какой-либо видимой причины



Вызывайте «скорую» даже если проявился только один из этих признаков.

ЖДАТЬ НЕЛЬЗЯ!

Экстренный вызов	03
МТС	030
Билайн	003
Мегафон	030

Помощь при инсультах

- Инсульт – это ситуация при которой определенные участки мозга длительное время лишены кровоснабжения. В результате чего происходит их повреждение и гибель.
- Алгоритм неотложных действий
- Срочно вызывайте бригаду скорой медицинской помощи, даже если эти проявления болезни наблюдались всего несколько минут.
- До прибытия бригады скорой медицинской помощи:
- НЕ ПАНИКОВАТЬ !!!!
- Оцените общее состояние больного: сознание, дыхание, сердцебиение, давление.
- Определите явные признаки инсульта: односторонний паралич руки и ноги, перекошенное лицо, нарушение речи, отсутствие сознания, судороги.
- Выясните обстоятельства болезни (по возможности, кратко).
- Правильно уложите больного – на спину или набок либо со слегка приподнятыми головой и туловищем, либо строго горизонтально. В случае потери сознания, возникновения судорог больного необходимо перевернуть на бок, подложить что-то под голову.
- Обеспечить доступ свежего воздуха (расстегнуть, затрудняющую дыхание одежду). Открыть окно
- Окажите реанимационные мероприятия (искусственное дыхание, сердечный массаж), но только в том случае, если в них есть необходимость (отсутствие дыхания, сердцебиения и широкие зрачки).
- Следите за состоянием больного.
- Помните! Нельзя использовать нашатырный спирт (может вызвать остановку дыхания), нитроглицерин и другие сосудорасширяющие средства, переносить больного.
- Инсульт – это серьезное заболевание, угрожающее здоровью и жизни больного.

Помощь при инсультах

Первая помощь при инсульте

1.



Поднимите голову больного над уровнем тела на 30 градусов.

При этом на подушке, свернутом одеяле или одежде должны быть также и плечи, чтобы не ухудшался кровоток по позвоночным артериям.

2.



Переверните его на правый бок.
Подложите пакет/таз на случай рвоты.

3.



Ослабьте стесняющую одежду. Расстегните воротничок, ремень, пуговицы и откройте пошире окно.

4.



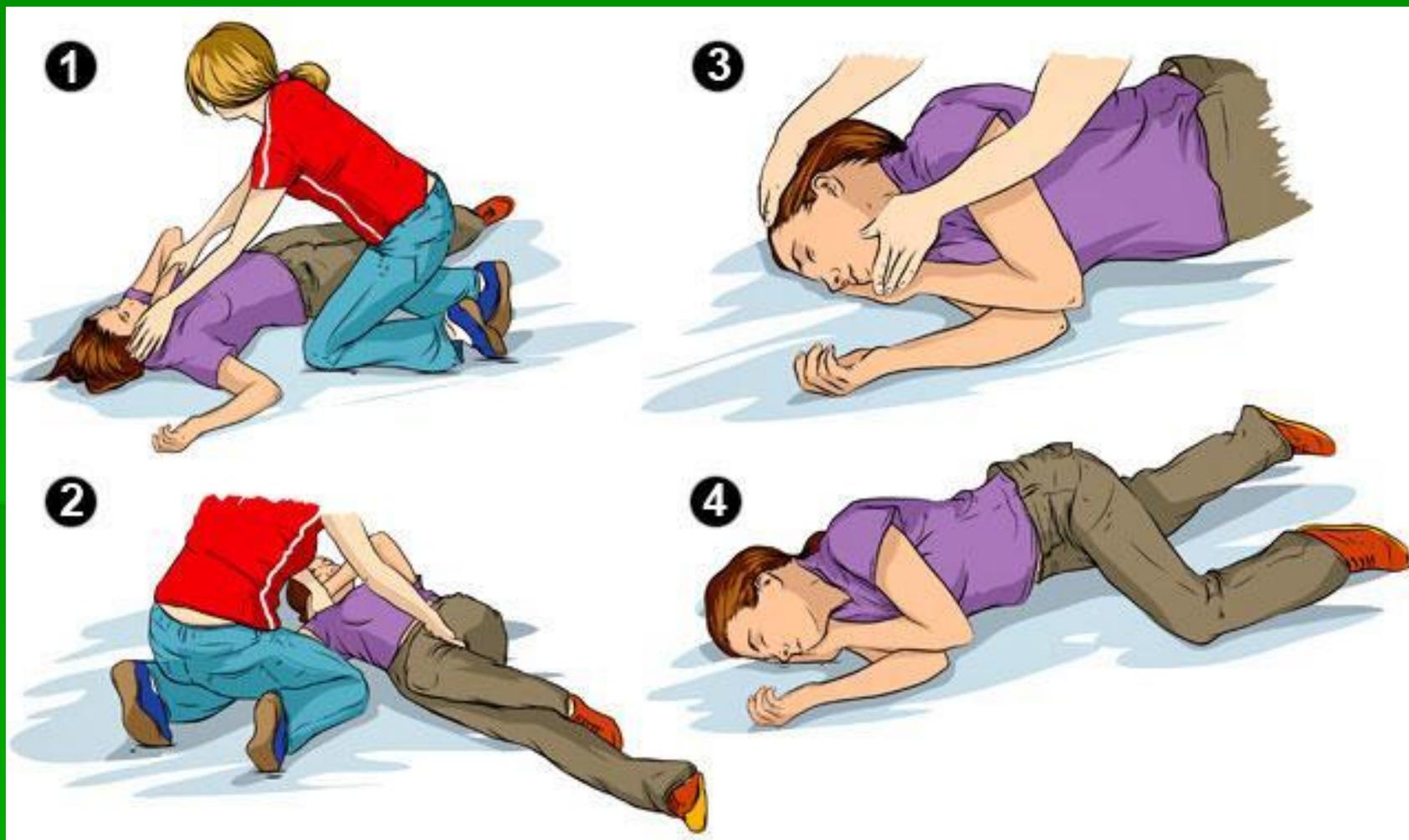
Измерьте больному давление. При значениях от 140/90 дайте ему выпить его лекарство от гипертонии. Если это невозможно, то опустите ноги больного в таз в горячей водой или обложите бутылками с водой 40–43°C.

5.



При неритмичном дыхании начинайте реанимацию. Не ждите потери сознания и пульса: проводите непрямой массаж сердца 15–20 надавливаний, чередуя его с двумя вдохами рот в рот. На дыхание должно уходить не больше 10 секунд.

Помощь при инсультах



Группа риска

- Страдает от гипертонии. Это наиболее частая причина инсультов.
- Имеет то или иное заболевание сердца (например, сердечную недостаточность или аритмию).
- Болеет сахарным диабетом. Диабет повреждает сосуды, в том числе головного мозга, увеличивая риск кровоизлияний.
- Имеет лишний вес.
- Принимает определённые препараты. В число опасных лекарств входят те, что меняют уровень эстрогена. Например, противозачаточные таблетки.

Группа риска

- Ведёт малоподвижный образ жизни.
- Имеет высокий уровень холестерина в крови.
- Курит.
- Страдает от апноэ во сне.
- Старше 55 лет. По статистике, каждое десятилетие после 55 лет риск получить инсульт удваивается.
- Имеет семейную историю инсультов: жертвами удара становился кто-то из близких родственников.
- Является мужчиной. У женщин риск инсульта значительно ниже.

Профилактика инсультов

- контролируйте свое артериальное давление утром и вечером
- следите за уровнем холестерина,
- перейдите на здоровое питание
- займитесь спортом
- ограничьте потребление алкогольных напитков.
- проходите ежегодный медосмотры
- устраните повышенные психоэмоциональные нагрузки и стрессы.
- откажитесь от курения.

Профилактика инсультов

Особое внимание профилактике инсульта должны уделять лица из группы риска с:

- повышенной свертываемостью крови;
- стажем курения более 5 лет;
- диабетом;
- наследственностью.

Реабилитация после инсультов

- К счастью, инсульт – это не приговор. В большинстве случаев можно восстановить потерянные функции мозга – полностью или частично. И программу реабилитации можно пройти в домашних условиях.

Реабилитация после инсультов

- Восстановительный период делят на три этапа:
- ранний – до 6 месяцев,
- поздний – 6-12 месяцев,
- резидуальный – более года.

Чем раньше будет начата работа по восстановлению функций мозга, пострадавших в результате инсульта, тем больше шансов на успех. Кроме того, мероприятия должны иметь систематический характер. Нельзя опускать руки и бросать программу по реабилитации на полдороге.

Реабилитация после ишемического инсульта в домашних условиях

Стратегия восстановления во многом зависит от того, насколько сильно поражен мозг и от общего состояния больного. В результате инсульта у больного может нарушаться:

- память,
- речь,
- способность к движениям (вплоть до полного паралича),
- высшие психические функции,
- зрение и слух,
- функции вестибулярного аппарата.

Доклад окончен

- Спасибо за внимание

