

29 октября во всем мире отмечают День борьбы с инсультом. В преддверии этой даты эксперты страховой медицинской компании «МАКС-М» рассказали, почему возникает инсульт, как его распознать, что нужно делать, если заболевание настигло человека и как можно его предупредить.

Инсульт – это острое нарушение кровоснабжения головного мозга. Он происходит по причине закупорки, сдавливания или разрыва сосудов, по которым кровь поступает в мозг. При этом погибают клетки головного мозга из-за отсутствия притока кислорода и питательных веществ.

Основными симптомами заболевания являются:

- сильная головная боль по неизвестной причине;
- слабость в лице, руке или ноге, чаще всего на одной стороне тела;
- помутнение сознания, проблемы с речью или с её пониманием;
- проблемы со зрением в одном или обоих глазах;
- нарушение походки, головокружение, потеря равновесия или координации.

Распознать инсульт можно с помощью простого теста — достаточно попросить

пострадавшего улыбнуться, поговорить, поднять обе руки одновременно. И, если выполнение одного из заданий становится затруднительно — необходимо как можно скорее вызвать бригаду скорой помощи. Лечение, начатое в первые три часа с момента начала нарушения кровотока в артерии, повышает вероятность спасения человека, сокращает процесс реабилитации и возвращению к нормальной жизни.

В общей структуре смертности населения от сердечно-сосудистых заболеваний инсульт занимает второе место. В России количество смертей от болезней системы кровообращения ежегодной растет – в 2020 году было зафиксировано более 97 тыс. случаев. Значительно «молодеет» возраст пациента – сегодня заболевание фиксируется у граждан в возрасте от 25 до 40 лет. Помимо высокого уровня смертности высок процент инвалидизации: только 15–20% из перенесших инсульт возвращается к работе.

Инсульт можно предупредить. Для этого необходимо держать на контроле артериальное давление, следить за уровнем холестерина и сахара в крови. Ежедневный мониторинг этих показателей особенно важен пожилым людям и пациентам с хроническими заболеваниями. Употребление овощей, фруктов и продуктов с повышенным содержанием клетчатки, отказ от вредных привычек, регулярные занятия спортом оказывают положительное влияние как на сердечною систему, так и в целом на весь организм.

Регулярные профилактические медицинские осмотры, своевременное обращение к врачам, выполнение их рекомендаций позволяет снизить вероятность возникновения инсульта.

Википедия страхования