

Неделя борьбы с инсультом
(в честь Всемирного дня борьбы с инсультом
29 октября)
(27.10-2.11.2025г.)



Инсультом называется состояние, вызванное внезапным нарушением мозгового кровообращения и последующим повреждением ткани мозга. Суть инсульта заключается в возникновении острой ишемии (кислородного голодания) нервных клеток головного мозга, возникающая в следствии окклюзии (нарушения проходимости крови по сосуду) или из-за разрыва сосуда. Такое состояние проявляется различной неврологической симптоматикой и может поставить жизнь человека под угрозу.

В настоящее время инсульт с повреждением головного мозга является одной из ведущих причин смертности и инвалидности не только в Российской Федерации, но и во всем мире. Спрогнозировать и предсказать возникновение данного заболевания не представляется возможным, однако соблюдая некоторые рекомендации касательно образа жизни можно значительно снизить риск развития инсульта.

Симптомы инсульта:

1. Головокружение, потеря равновесия и координации движения;
2. Проблемы с речью;
3. Онемение, слабость или паралич одной стороны тела;
4. Потемнение в глазах, двоение предметов или их размытие;
5. Внезапная сильная головная боль.

Факторы риска:

1. Пожилой возраст (особенно после 65 лет);
2. Артериальная гипертензия увеличивает риск ишемического инсульта в два раза;
3. Повышенный уровень холестерина в крови;
4. Атеросклероз;
5. Курение;
6. Сахарный диабет;
7. Ожирение;
8. Перенесенные и существующие заболевания сердца, особенно мерцательная аритмия, инфаркт миокарда.

В настоящее время выделяют несколько видов инсульта в зависимости от механизма его возникновения.

Ишемический инсульт является наиболее распространенным типом нарушения мозгового кровообращения, и составляет около 85% всех случаев. Этот вариант возникает в результате «блокировки» кровеносного сосуда, в следствии чего определенная область головного мозга испытывает гипоксию из-за недостаточного кровоснабжения.

Причины ишемического инсульта

- Тромбоз – состояние при котором наблюдается образование тромба в сосуде, в стенке которого уже находятся атеросклеротические бляшки, тем самым просвет сосуда сужается еще больше, а количества доставляемой крови не хватает для обеспечения нормальной работы головного мозга.
- При эмболии происходит перемещение тромба из любого другого участка тела (например, камер сердца) в головной мозг.

Геморрагический инсульт происходит в том случае, когда кровеносный сосуд в головном мозге разрывается и происходит кровоизлияние в окружающие ткани.

Причины геморрагического инсульта:

Аневризма - это ослабленное, расширенное и истонченное место в стенке сосуда, которое может разорваться и привести к излиянию крови в окружающие ткани.

Правильно подобранная терапия и следование рекомендациям врача минимизируют риски.

Отказ от дополнительного добавления соли в готовую пищу, в том числе в блюда в организациях общественного питания, а также ограничение потребления продуктов с высоким содержанием соли также снижают риски.

Следует контролировать уровень артериального давления и сахара в крови, ограничить потребление соли и жиров, регулярно заниматься спортом, отказаться от вредных привычек (курение, алкоголь), а также проходить регулярные диспансерные осмотры для оценки факторов риска.

Проверьте свое здоровье бесплатно по полису ОМС!

Запишитесь на ДИСПАНСЕРИЗАЦИЮ в рамках национального проекта «ЗДРАВООХРАНЕНИЕ».

Записаться на диспансеризацию можно через портал «Госуслуги», непосредственно в поликлинике по месту прикрепления.