

## *Неделя борьбы с инсультом.*

С 28 октября по 3 ноября 2024 года Министерство здравоохранения Российской Федерации объявило Всемирной неделей борьбы с инсультом (в честь Всемирного дня борьбы с инсультом 29 октября).

Инсульт может случиться у любого человека в любом возрасте. Каждый четвертый человек в мире за свою жизнь перенесет инсульт. Инсульт - опасное для жизни состояние. Инсульт возникает, когда нарушается кровоснабжение части мозга, что препятствует поступлению в ткани мозга кислорода и питательных веществ. Клетки мозга начинают умирать в считанные минуты. Это может привести к инвалидности и, возможно, смерти.



ГБУЗ "ЦОЗИМП" МЗ КК

### **ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА ИНСУЛЬТА:**



- **Гипертензия** (высокое кровяное давление) — один из наиболее значительных факторов риска. Регулярное измерение давления и контроль за его уровнем могут снизить вероятность инсульта.
- **Сахарный диабет** — повышает риск сосудистых заболеваний, поэтому важно следить за уровнем сахара в крови.
- **Курение и злоупотребление алкоголем** — негативно влияют на здоровье сосудов и повышают риск инсульта.
- **Неправильное питание и недостаток физической активности** — способствуют развитию ожирения и сердечно-сосудистых заболеваний.





## СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА

**Важно знать основные симптомы инсульта, чтобы вовремя обратиться за медицинской помощью:**

- Внезапная **слабость или онемение лица**, рук или ног, особенно с одной стороны тела.
- Внезапное **затруднение речи** или уменьшение способности понимать речь.
- Внезапная **потеря равновесия** или координации.
- Внезапная сильная **головная боль** без очевидной причины.



## ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА

- **Регулярные медицинские осмотры** — позволяют своевременно выявить и скорректировать факторы риска.
- **Здоровый образ жизни** — сбалансированное питание, физическая активность и отказ от вредных привычек.
- **Контроль за хроническими заболеваниями** — таких как гипертония и диабет.

**ВАЖНО ПОМНИТЬ, ЧТО РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА И БЫСТРОЕ РЕАГИРОВАНИЕ НА СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА МОГУТ СПАСТИ ЖИЗНЬ.**

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВЬЮ СВОИХ БЛИЗКИХ!**

