



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
БУЗ УР «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР»

ПЕРВЫЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА, ИНФАРКТА

Ежегодно около 500 тысяч российских семей становятся жертвами инсультов. Речь идет именно о семьях, потому что каждый четвертый пациент, перенесший инсульт, становится инвалидом; каждый пятый умирает, и это огромное горе для родных. Инсульт может случиться в любом возрасте, в любое время суток.

СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА:

- резкая слабость (онемение) в руке или ноге, чаще с одной стороны;
- внезапная потеря равновесия, нарушение координации;
- нарушение речи или непонимание речи других людей;
- перекос лица (асимметрия);
- внезапная сильная головная боль;
- резкое головокружение, спутанность сознания;
- внезапное нарушение зрения, чаще с одной стороны, двоение в глазах.



**НЕ ИГНОРИРУЙТЕ ЭТИ ПРИЗНАКИ!
СРОЧНО ВЫЗОВИТЕ СКОРУЮ
ПОМОЩЬ!**

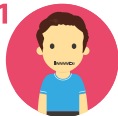


**103
112**

Узнайте больше об инсульте по телефону горячей линии **8 (800) 707-52-29**

Распознать симптомы инсульта может любой, кто знает симптомы.

1



Попросите человека назвать свое имя:

при инсульте речь будет невнятной или человек вовсе не поймет вас.

2



Попросите человека вытянуть к вам руки:

при инсульте одна рука опускается вниз или не поднимается совсем.

3



Попросите человека улыбнуться:

при инсульте один угол рта опущен, улыбка кривая, лицо асимметричное.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНСУЛЬТЕ

- Немедленно вызвать скорую помощь! Не ждать, что станет легче, не откладывать вызов «до утра».
- Открыть дверь (особенно если вы дома один).
- Уложить больного на бок.
- Обеспечить приток свежего воздуха.

При инсульте в первые 4 часа от начала приступа врачам намного чаще удается спасти жизнь и помочь избежать тяжелых последствий.

ИНФАРКТ МИОКАРДА

Ежегодно в России от инфаркта миокарда числе молодые люди в возрасте 20-30 лет.

СИМПТОМЫ ИНФАРКТА МИОКАРДА:



Сильная давящая боль за грудиной более 15 минут, часто отдает влево (в руку, лопатку, шею и т. д.).



Не хватает воздуха, трудно дышать. Одышка усиливается при малейшей физической нагрузке.



Обильный пот, бледный цвет лица.



Чувство тревоги, страха, учащение пульса.



СРОЧНО ВЫЗОВИТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ!



**103
112**

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФАРКТЕ

- Немедленно вызвать скорую помощь! Не ждать, что станет легче. Нельзя откладывать вызов «до утра» или самостоятельно идти в больницу.
- Открыть дверь (особенно если вы дома один).
- Принять полусидячее или сидячее положение.
- Обеспечить приток свежего воздуха.
- Больному нельзя до приезда врача ходить, принимать пищу, курить!

При инфаркте врачам намного чаще удается спасти жизнь в первые 2 часа от начала приступа!

В Удмуртии доступны все виды современной сердечно-сосудистой помощи, начиная с неотложной и включая высокотехнологичную медицинскую помощь. Главное – обратиться к врачу сразу после появления первых симптомов инсульта или инфаркта!



ФАКТОРЫ, УВЕЛИЧИВАЮЩИЕ РИСК РАЗВИТИЯ ИНСУЛЬТА И ИНФАРКТА

- 1 Повышенное артериальное давление.
- 2 Избыточная масса тела.
- 3 Малоподвижный образ жизни.
- 4 Злоупотребление жирной, соленой пищей.
- 5 Высокий уровень холестерина.
- 6 Один или оба родителя перенесли инфаркт или инсульт.
- 7 Сахарный диабет.
- 8 Курение.
- 9 Избыточное потребление алкоголя, в том числе пива.
- 10 Применение гормональных контрацептивов без контроля врача (риск возрастает, если женщина курит и/или страдает варикозным расширением вен).