



## НЕДЕЛЯ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА (В ЧЕСТЬ ВСЕМИРНОГО ДНЯ МОЗГА 22 ИЮЛЯ)

### О ВСЕМИРНОМ ДНЕ МОЗГА



Профессиональные организации в сотрудничестве со Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), национальными организациями и местными министерствами здравоохранения отмечают множество дней, связанных с неврологическими заболеваниями.

Несколько лет назад канадский клинический нейробиолог Владимир Хачинский предложил отмечать *день здорового мозга*. Такая инициатива была связана с интересом к мозгу в рамках

здоровья всего человечества и преследовала глобальную цель сохранить здоровье мозга людей.

На заседании Совета делегатов федерации здравоохранения было предложено признать 22 июля (день создания Всемирной федерации неврологии) *«Всемирным днем мозга»*. С одобрения ВОЗ Всемирный день мозга провозгласили ежегодным мероприятием.

Здоровье головного мозга – это огромная тема, охватывающая множество областей, включая понимание работы головного мозга, оптимизацию работы мозга, профилактику заболеваний, психическое здоровье и лечение расстройств головного мозга.

Целевая аудитория данного праздника – люди всех возрастов и национальностей. Мероприятия кампании рассчитаны на весь год.

Для сохранения здоровья мозга важно сохранять высокий уровень умственной активности, больше двигаться, следить за давлением и обязательно, своевременно проходить диспансеризацию и профилактические осмотры.

Нарушения работы мозга могут быть весьма разнообразными: нервно-мышечные заболевания, эпилепсия, рассеянный склероз, болезнь Паркинсона, различные виды деменций, хроническая ишемия головного мозга и инсульт.

По данным Всемирной инсультной организации, ежегодно в мире фиксируется более 15 млн. случаев инсультов. А в России каждый год более 400 тыс. человек сталкиваются с острыми нарушениями мозгового кровообращения.

Актуальной проблемой также стало развитие постковидного синдрома у переболевших COVID-19, при котором страдают когнитивные функции, нарушается сон, развиваются головные боли и астения. Вероятность постковидного синдрома растет с возрастом, и нередко усиливает уже имеющиеся проблемы. При обнаружении симптомов постковидного синдрома следует обратиться к врачу.

Если человек перенес инсульт, то крайне важно, чтобы он получал терапию, направленную на предупреждение повторных сосудистых событий.

При наличии умеренных когнитивных расстройств обязательно нужно следить за уровнем артериального давления, холестерина, глюкозы, а также ритмом сердца.