

## ЧТО ВАЖНО ЗНАТЬ КАЖДОМУ ЧЕЛОВЕКУ О ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ИНСУЛЬТА И МЕРАХ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ?

Инсульт представляет собой внезапное расстройство мозгового кровообращения. Это состояние характеризуется высокими показателями смертности и инвалидности. Согласно статистике Министерства здравоохранения России, ежегодно порядка 200 тысяч наших сограждан погибают вследствие инсульта, и приблизительно такое же количество становится нетрудоспособными. Чем быстрее больной поступит в медицинское учреждение и начнёт получать специализированную терапию, тем выше вероятность минимизировать осложнения заболевания.

### *Узнай ключевые признаки инсульта, чтобы успеть спасти жизнь!*

- головокружение, потеря равновесия и координации движения
- онемение, слабость или паралич одной стороны тела
- потемнение в глазах, двоение предметов или их размытие
- внезапная сильная головная боль
- шаткость при ходьбе, потеря равновесия, нарушение координации и точных движений, головокружение
- асимметрия лица (попросите человека улыбнуться: он не сможет или улыбка окажется кривой)
- нарушение речи
- нарушение зрения на одном или двух глазах, ощущение двоения в глазах
- затруднение глотания
- расстройство (потеря) сознания
- головная боль, тошнота, рвота
- иногда судорожные припадки.

### **Быстрый тест**

***Если вы заподозрили у человека инсульт, попросите его сделать эти 3 простых действия:***

- Улыбнуться и показать язык - человек не сможет улыбнуться, один уголок рта останется опущенным.
- Заговорить или повторить за вами фразу - речь невнятная, замедленная.
- Поднять руки вверх или вытянуть перед собой - одна рука поднимется легко, а другая или не поднимется, или поднимется с заметным затруднением.

**Если человек не справился хотя бы с одной из этих задач - немедленно вызывайте скорую помощь!**

***Главная задача*** - как можно быстрее доставить человека в больницу.

Время, когда человека можно спасти, минимизировав риск последствий, составляет всего 4,5 часа. С каждой потерянной минутой возрастает риск смерти и глубокой инвалидизации — потому не ждите, сразу обращайтесь за помощью.

До приезда скорой помощи необходимо незамедлительно принять самостоятельные меры:

- Уложить пострадавшего на спину так, чтобы голова и плечи были приподняты.
- При наличии съемных протезов - извлечь их изо рта.
- При позывах к рвоте повернуть голову пострадавшего на бок (чтобы избежать заброса рвотных масс в дыхательные пути).
- Не давать языку больного западать, постоянно следить за дыханием.
- Снять или расстегнуть стесняющую одежду (верхние пуговицы, галстук, ремень, пояс).
- Открыть окно, чтобы поступал свежий воздух, если инсульт произошел в помещении.
- Если на улице или в помещении прохладно – обеспечьте тепло, укрыв пострадавшего одеялом или одеждой.

**Помните, обладая этими знаниями Вы можете спасти жизнь себе или близким!**

Если Вы застрахованы в ООО «Арсенал МС» и у Вас есть вопросы об оказании бесплатной медицинской помощи в рамках ОМС обращайтесь по телефону 8 (800) 700-07-76 (бесплатно по России), +7 (978) 0-333-333 (для Республики Крым), +7 (978) 0-777-777 (для города Севастополя).