



Как распознать **инсульт** и что делать

Инсульт — это острое нарушение мозгового кровообращения, при котором определенная часть мозга перестает получать достаточное количество крови и кислорода. Нейроны чрезвычайно чувствительны к ишемии, поэтому их повреждение развивается в течение минут. От скорости распознавания симптомов инсульта напрямую зависят жизнь человека, степень восстановления функций и риск инвалидизации.

Основные признаки инсульта

Классические симптомы включают:

- внезапные нарушения речи — человек говорит неразборчиво, не может произнести простую фразу;
- асимметрию лица — опущение угла рта, сглаженность носогубной складки;
- резкую слабость руки или ноги, невозможность одновременно поднять обе руки;
- нарушение зрения, двоение в глазах, снижение четкости изображения;
- головокружение, потерю равновесия, неустойчивость при ходьбе;
- изменения сознания — от выраженной слабости до оглушения.

У некоторых пациентов проявления атипичны: трудности при глотании, внезапная спутанность речи, резкое нарушение координации без боли или слабости.



Для быстрого определения возможного инсульта используется удобная формула **УДАР**.

- У — улыбка:** попросите человека улыбнуться, обратите внимание на асимметрию.
- Д — движение:** попросите поднять обе руки; одна из них может «опускаться» или не подниматься вовсе.
- А — артикуляция:** нарушается четкость речи, сложно выговорить простые слова.
- Р — решение:** при наличии любого из этих признаков необходимо действовать немедленно.

Врачи располагают терапевтическим «окном» примерно 4,5 часа, чтобы восстановить кровоток и предотвратить необратимое повреждение мозга. Поэтому промедление недопустимо.





Алгоритм действий до приезда скорой помощи

- Немедленно позвоните по телефону 103 или 112 и сообщите о подозрении на инсульт, перечислив выявленные симптомы и адрес.
- Помогите пострадавшему принять максимально удобное и безопасное положение — сидя или лежа с приподнятой головой.
- Обеспечьте спокойную обстановку: доступ свежего воздуха, отсутствие резких движений и лишней нагрузки.
- Не оставляйте человека одного — наблюдайте за состоянием, поддерживайте контакт до приезда врачей.



Что недопустимо делать при инсульте

- Не давайте пищу, воду и лекарства, особенно если есть нарушения глотания.
- Нельзя пытаться «проверить силу» движений — лишняя нагрузка может ухудшить состояние.
- Не допускайте самостоятельного передвижения: нарушенная координация повышает риск падений.

Инсульт — одна из наиболее распространенных причин инвалидизации во всем мире, и знание первых признаков существенно повышает шанс своевременной помощи. Обязательно расскажите эту информацию родным и друзьям — она действительно может спасти жизнь.