

## Памятка по профилактике инсульта

Инсульт (insult – скачок, лат.) – острое нарушение мозгового кровообращения. Каждые 1,5 минуты в России кто-то из наших соотечественников заболевает инсультом. В Тюменской области ежегодно происходит до 4500 инсультов. 80% из перенесших инсульт становятся глубокими инвалидами, если во время не была оказана помощь. Поэтому очень важно знать признаки инсульта, чтобы вовремя оказать помощь и спасти пострадавшему жизнь. В запасе совсем немного времени – всего 4,5 часа.

Основные признаки инсульта, которые довольно просто идентифицировать:

1. Попросите пострадавшего **УЛЫБНУТЬСЯ**. При улыбке рот перекошен.
2. Попросите **ЗАГОВОРИТЬ**. Попросить выговорить простое предложение. Не может внятно сказать свое имя.
3. Попросите его или её **ПОДНЯТЬ** обе руки. Человек не может поднять в вверх одну или обе руки.

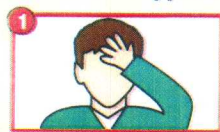
Ещё один способ распознать инсульт помимо вышеупомянутых: попросите пострадавшего высунуть язык. И если язык кривой или неправильной формы и западает на одну или другую сторону, то это тоже признак инсульта.

Если Вы отметили у пострадавшего проблему с каким – то из этих заданий:

1. Немедленно вызывайте скорую помощь;
2. Уложить пострадавшего так, чтобы голова была приподнята (30 градусов);
3. Открыть окно (если это помещение), чтобы поступил свежий воздух.
4. Снять или расстегнуть стесняющую одежду.

Дорогие ребята, каждый из нас живет в семье, в обществе. У каждого из вас есть мамы и папы, бабушки и дедушки. И я считаю, что помогать близким – это наш долг. Будьте внимательны друг к другу!

### Как распознать инсульт (для обращения к врачу достаточно одного признака)



1. Внезапная слабость, онемение в руке или ноге



2. Нарушение речи или её понимания



3. Потеря равновесия, нарушение координации, головокружение



4. Обморок, потеря сознания



5. Резкая головная боль



6. Онемение губы, половина лица, перекошенность лица