**Это должен знать каждый**

Что такое инсульт? Сбой в работе мозга, который оставляет после себя стойкий дефект принято называть острым нарушением мозгового кровообращения, или инсультом. То есть при этом заболевании подразумевается затруднение тока крови по сосудам мозга. Причин такого затруднения может быть несколько:

Во-первых, закупорка одного из питающих головной мозг сосудов. Поскольку в результате такой закупорки появляется ишемия - острая кислородная недостаточность и нехватка питательных веществ – этот вид инсульта получил название ишемический. Статистика показывает, что ишемический инсульт возникает в 8 из 10 случаев;

Во-вторых, разрыв мозгового сосуда, в результате которого происходит геморрагия (кровоизлияние) в мозг и образование гематомы. Этот вид инсульта получил соответствующее название – геморрагический. По статистике из 10 случаев инсульта 2 приходятся на геморрагический.

Инсульт не является самостоятельным заболеванием, он возникает как осложнение после болезней сердца, сосудов, крови. Повреждение стенки сосуда и сужение просвета артерий могут вызывать разные причины: артериальная гипертензия, отложения холестерина (атеросклеротические бляшки), воздействие никотина, высокое содержание сахара в крови. Все вышеперечисленные факторы повышают риск образования тромбов, то есть могут привести к закупорке сосуда. Кроме того, закупорку сосудов может вызвать неправильная работа сердца (к примеру, при мерцательной [аритмии](http://fitfan.ru/health/bolezni/2325-aritmiya.html)): тромбы появляются в сердечных полостях и относятся током крови к мозгу.

Еще одной причиной закупорки сосудов является повышенная вязкость крови, которая может быть связана как с врожденными нарушениями свертываемости крови, так и развиться на фоне приема некоторых лекарственных препаратов.

Среди наиболее частых причин геморрагического инсульта можно выделить разрыв расширенного участка артерии (так называемая аневризма – врожденная патология сосуда) или разрыв артерии как следствие повышенного артериального давления. Когда в определенном участке головного мозга погибают мозговые клетки, наблюдается нарушение или полное выпадение функций, выполняемых этим участком мозга. Поскольку инсульт, как правило, происходит в одной половине головного мозга, нарушение функций происходит на другой половине человеческого тела (это объясняется тем, что нервные пути от головного мозга к телу человека перекрещены). То есть если происходит поражение левой половины головного мозга, то снижение чувствительности будет наблюдаться на правой половине тела. Более того, нужно помнить, что левая половина головного мозга ответственна за речь и мыслительные функции человека, поэтому инсульт, поразивший левую сторону, может привести к грубому нарушению как речи пациента (вплоть до полного ее отсутствия), так и его понимания речи окружающих.

Риск появления инсульта значительно повышается при следующих факторах: мужской пол, возраст старше 50 лет, артериальная гипертензия (проявляется в том, что артериальное давление периодически повышается до уровня 160/90 мм рт. ст.), ожирение, сахарный диабет (неконтролируемое высокое содержание сахара в крови), [атеросклероз](http://fitfan.ru/health/bolezni/2106-ateroskleroz.html) (отложение холестерина на стенках сосудов), курение, наличие инсультов у близких родственников, прием оральных контрацептивов с высоким содержанием эстрогенов.

Следует помнить, что инсульт может проявляться не только как паралич. Симптоматика может быть самой разнообразной. Важно как можно раньше распознать признаки инсульта и обратиться в скорую помощь, чтобы в кратчайшие сроки начать лечение. Это поможет избежать многих опасных последствий. **Знать основные проявления инсульта должен знать каждый, только так вы сможете защитить себя и своих близких!**

В зависимости от того, какой именно участок головного мозга поврежден, могут быть нарушены разные функции. Однако в большинстве случаев происходит нарушение работы коры головного мозга. Симптомы подобного процесса таковы:

• нарушение движения (в первую очередь это касается конечностей). Снижается сила движения в верхних и нижних конечностях, вплоть до полного прекращения движения.

• нарушение чувственного восприятия. Снижается реакция на боль, повышение/понижение температуры и проч. Обычно это наблюдается в конечностях.

• нарушение речевых функций. Речь невнятная, нечеткая. Потеря возможности говорить или воспринимать речь.

• нарушение стояния, проявляющееся в том, что в положении стоя больной качается или падает.

• нарушение сознания: больной испытывает чувство сонливости или теряет сознание.

Если рядом с вами оказался человек, пострадавший от инсульта, необходимо положить его в удобное положение, расстегнуть стягивающую одежду и незамедлительно сообщить в скорую помощь. Ни в коем случае нельзя оставлять больного в лежачем положении, если он находится без сознания, поскольку в бессознательном состоянии мышечная сила человека ослабевает, что может привести смерти от удушья (язык может перекрыть дыхательное горло). **Если человек находится без сознания, его необходимо уложить на бок, чтобы слюна вытекала изо рта и язык не затруднял дыхание.**
В трех из четырех случаев симптомы инсульта выражены нечетко и могут проходить в течение следующих 24 часов. Такое состояние называется транзиторной ишемической атакой (преходящее нарушение мозгового кровообращения). Подобные непродолжительные инсульты являются предупреждением. **Примерно в 40% случаев после перенесенного легкого инсульта развивается большой инсульт с тяжелыми последствиями.** Поэтому для предупреждения развития повторного инсульта необходимо назначить плановое лечение.

Всю важность профилактики инсульта можно понять, обратившись к статистическим данным. **Количество смертей от острого периода инсульта составляет 35%**, в течение года эта цифра возрастает до 48% (таким образом получается, что умирает каждый второй пациент). **Примерно 80% людей, перенесших инсульт, становятся инвалидами.** Тем, кто уже пострадал от инсульта, в обязательном порядке необходима профилактика, поскольку повышается риск повторного инсульта.

Необходимо реально взвесить свои возможности и продумать, что конкретно вы можете поменять в своем образе жизни: может, у вас получится отказаться от вредных привычек (бросить курить, вести более подвижный образ жизни, не переедать), периодически контролировать артериальное давление, следить за уровнем холестерина и содержанием сахара в крови. Все эти действия не пустая трата времени, так вы обеспечите себе здоровое будущее. Главное – не пытаться разом изменить свою жизнь, продвигайтесь к желаемому результату постепенно.

В 2016 году по ГБУЗ РБ Буздякская ЦРБ зарегистрированы с диагнозом острое нарушение мозгового кровообращения всего – 32 человек. Эта цифра с каждым годом растет. Увеличивается и смертность при ОНМК. Инсульт – одна из трех причин смертей в России. И что особенно важно, инсульт в последнее время «омолаживается», т.е. чаще встречается у лиц трудоспособного возраста.

Р.Д. Кабиров, врач-невролог