

Инсульт - это нарушение кровообращения в головном мозге. Различают геморрагические и ишемические инсульты.

Геморрагический инсульт - это кровоизлияния в вещество головного мозга. Кровоизлияния в вещество мозга чаще всего возникают при гипертонической болезни или вторичной артериальной гипертензии.

Ишемический инсульт (инфаркт мозга) развивается при значительном уменьшении мозгового кровотока. Среди заболеваний, приводящих к развитию инфаркта мозга, первое место занимает атеросклероз. Реже основным заболеванием является гипертоническая болезнь, еще реже различные артерииты (коллагенозные, сифилитические, облитерирующий тромбангиит), заболевания крови (лейкозы, эритремия), врожденные пороки сердца в стадии декомпенсации, инфаркт миокарда, острые инфекционные заболевания, интоксикации, травмы магистральных сосудов на шее и др. "Разрешающая" роль в развитии ишемического инсульта часто принадлежит психическому и физическому перенапряжению.

За несколько дней до ишемического инсульта возникают головные боли, слабость, помутнение в глазах, головокружение, преходящее онемение в руке и ноге. Явления нарастают, и в один из дней утром рука и нога перестают действовать. Сознание больной может не терять, но отмечает "туман" в голове. А может быть развитие внезапное, более характерное для геморрагического инсульта. У многих больных уже в первые минуты после инсульта возникает рвота.

Ишемический инсульт может развиваться в любое время суток. Значительно реже, чем геморрагический инсульт, он развивается во сне и сразу после сна. Улавливается связь инсульта с повышенной физической нагрузкой, воздействием какого-либо эмоционального фактора, приемом горячей ванны, употреблением алкоголя, кровопотерей или каким-либо общим, в частности инфекционным, заболеванием. Нередко ишемический инсульт возникает вслед за инфарктом миокарда. Для ишемического инсульта наиболее характерно постепенное нарастание симптомов - на протяжении нескольких часов, иногда даже 2 - 3 дней и более.

Лечение больного в остром периоде инсульта необходимо в условиях специализированного неврологического отделения, что позволяет, за счет точной диагностики характера инсульта, интенсивного лечения и ранней реабилитации, уменьшить смертность и инвалидность среди больных.

Проанализируем факторы риска развития инсульта и прочих сердечно-сосудистых заболеваний, которые нам подвластны. С ними можно и нужно бороться ради собственного здоровья и благополучия. Каковы же эти факторы риска?

Курение и алкоголь.

У курящих в 2-3 раза выше риск развития инсульта по сравнению с некурящими. Чем больше вы курите, тем выше риск. Большое значение имеет возраст курильщика: у курящих мужчин и женщин в возрасте до 55 лет, курение является ведущим фактором риска развития инсульта. Алкоголь увеличивает риск заболеваний сердечно-сосудистой системы, влияя на уровень артериального давления, вес, уровень триглицеридов крови.

Злоупотребление лекарствами.

Применение определенных лекарственных препаратов, в особенности кокаина и внутривенных средств, связывают с риском сердечно-сосудистых заболеваний и инсульта. Кокаин может быть причиной нарушения ритма, которые могут быть фатальными.

Инъекционные лекарственные препараты могут стать причиной инфекционного заболевания сердца и крови.

Применение оральных контрацептивов.

Многочисленные опыты подтвердили: препараты, которые содержат эстрогены, существенно повышают риск ишемического инсульта, особенно у курящих женщин с повышенным артериальным давлением.

Нарушение липидного обмена.

Не стоит сбрасывать со счетов уровень холестерина в крови. И вот почему: высокий уровень холестерина в крови увеличивает риск сердечно-сосудистых заболеваний, в особенности в сочетании с другими факторами риска. Одна из причин высокого уровня холестерина в крови - неправильное и нерегулярное питание.

Артериальная гипертония.

Об этом факторе риска знают все: артериальная гипертония увеличивает нагрузку на сердечную мышцу, что с течением времени приводит к ее увеличению и ослаблению. В сочетании с другими факторами риска (ожирение, курение, высокий уровень холестерина в крови или сахарный диабет) артериальная гипертония увеличивает риск развития инсульта в несколько раз. Артериальная гипертония может стать проблемой у беременных женщин или женщин, принимающих высокие дозы оральных контрацептивов.

Сидячий образ жизни.

Гиподинамия - причина многих сердечно-сосудистых заболеваний. Чтобы избежать их, надо ежедневно двигаться - бегать, ходить пешком, делать утреннюю зарядку. Физическая активность благоприятно влияет на уровень холестерина и сахара в крови, способствуя тем самым снижению повышенного артериального давления.

Лишний вес и ожирение.

Люди с избыточной массой тела больше всех остальных подвержены риску инсульта, даже если у них нет других факторов. Избыточный вес способствует увеличению нагрузки на сердце, воздействует на артериальное давление, уровень холестерина и других жиров крови, увеличивает риск развития не только инсульта, но и диабета.

Сахарный диабет.

Диабет увеличивает риск развития сердечно-сосудистых заболеваний, даже при контролируемом уровне глюкозы. Более чем 80% больных диабетом умирают от сердечно-сосудистых заболеваний.

Заболевания и стрессы.

Люди, ранее перенесшие инсульт, имеют высокий риск развития повторного инсульта. Риск развития инсульта также может быть связан с нервными нагрузками, стрессами, сильными переживаниями. Кстати, замечено, что после пережитого стресса человек зачастую ест больше обычного, гораздо чаще тянется к сигаретам и не замечает того, что уже начал злоупотреблять алкоголем. Все это опять же влечет за собой повышенный риск развития инсульта.

Помните, что инсульт - это неотложное состояние!

Симптомы, которые должны заставить Вас заподозрить неладное и срочно обратиться за помощью:

внезапная слабость в руке и/или ноге;
внезапное онемение в руке и/или ноге;
внезапное нарушение речи и/или ее понимания;
внезапная потеря равновесия, нарушение координации, головокружение;
внезапная потеря сознания;
острая головная боль без какой-либо видимой причины или после тяжелого стресса, физического перенапряжения;

внезапное онемение губы или половины лица, часто с "перекосом" лица.

При появлении у Вас, Вашего родственника или знакомого хотя бы одного из первых симптомов инсульта срочно вызывайте "Скорую" по телефону "03".

Точно опишите диспетчеру все, что произошло, чтобы приехала специализированная неврологическая бригада. И знайте, что в этом случае дорога каждая минута! Наиболее эффективное лечение возможно в первые 3 часа (максимум 6 часов) с момента нарушения мозгового кровообращения. Это так называемое терапевтическое окно, когда еще реально избежать развития в мозге необратимых изменений. Вы хорошо знаете о необходимости немедленного вызова врача при болях в сердце - инсульт еще более неотложное состояние!

Больные с острым инсультом должны быть госпитализированы в стационар, оснащенный аппаратурой для проведения компьютерной или магнитно-резонансной томографии. Только с ее помощью возможно окончательное уточнение диагноза, а, следовательно, и проведение адекватного лечения.

Лечить больного с инсультом дома почти всегда бессмысленно. Только в клинике можно правильно поставить диагноз, выяснить причину инсульта, провести лечение и разработать комплекс мер по предотвращению повторных нарушений мозгового кровообращения.

После того, как Вы вызвали "Скорую", до приезда врача сделайте следующее:

Уложите больного на высокие подушки, чтобы голова была приподнята над уровнем постели примерно на 30 градусов;

Откройте форточку или окно, чтобы в помещение поступал свежий воздух;

Снимите стесняющую одежду, расстегните воротничок рубашки, тугой ремень или пояс;

Измерьте артериальное давление;

Если оно повышено, дайте лекарственный препарат, который больной обычно принимает в таких случаях;

Если лекарства под рукой нет, опустите ноги больного в умеренно горячую воду;

При первых признаках рвоты поверните голову больного на бок, чтобы рвотные массы не попали в дыхательные пути, и подложите под нижнюю челюсть лоток;

Попытайтесь как можно тщательнее очистить от рвотных масс полость рта;

Помните, что инсульт легче предупредить, чем лечить, при признаках нарушения мозгового кровоснабжения необходимо пройти специальное обследование, позволяющее выявить факторы риска инсульта и предупредить его появление