

Инсульт – острое нарушение мозгового кровообращения, вызванное закупоркой или разрывом сосудов.

Статистика

- мозговой инсульт занимает второе место в списке причин смерти после инфаркта миокарда;
- каждые 1,5 минуты у кого-то в мире происходит инсульт;
- ежегодно в России происходит более 450 000 случаев инсульта ;
- около 30% случаев мозговых инсультов заканчиваются смертью;
- 70% людей, перенесших мозговой инсульт становятся инвалидами;
- инсульт угрожает каждому пятому жителю России.

Основные факторы риска:

- повышенное артериальное давление;
- избыточное потребление соли;
- избыточная масса тела и ожирение;
- курение;
- чрезмерное потребление алкоголя;
- малоподвижный образ жизни.

Симптомы инсульта:

- нарушение сознания;
- нарушение координации движений, проблемы с равновесием;
- частичный или полный паралич конечностей;
- внезапно возникшая асимметрия лица;
- невнятная речь, а также непонимание обращённой речи;
- внезапная сильная головная боль.



СКАЖИ ИНСУЛЬТУ НЕТ – ПРОТЯНИ РУКУ ЗДОРОВЬЮ!

Дата: «__» _____ 20__ г.

ФИО: _____

Возраст: _____ (полных лет)

Были ли в семье случаи инсульта ДА/НЕТ

Возникали ли у Вас следующие симптомы и отмечались в течение нескольких часов?

Онемение в половине лица ДА / НЕТ

Онемение конечности(ей) ДА / НЕТ

Резкая внезапная головная боль ДА / НЕТ

Резкая слабость, шаткость походки ДА / НЕТ

Потемнение перед глазами ДА / НЕТ

Артериальное давление ____/____ мм рт.ст.

Максимальное давление ____/____ мм рт.ст.

I степень 140-159/90-99 мм рт.ст.

II степень 160-179/100-109 мм рт.ст.

III степень > 180/110 мм рт.ст.

Пульс _____ (норма 60-90 ударов в минуту)

Аритмия ДА / НЕТ

Масса в кг = _____ Рост в метрах = _____

ИМТ (масса (кг)/рост (м²)) = _____

< 16,5 выраженный дефицит массы тела

16,5 – 18,49 недостаточная масса тела

18,5 – 24,99 норма

25 – 29,99 избыточная масса тела

30 – 34,99 ожирение I степени

35 – 39,99 ожирение II степени

40 и более ожирение III степени

Курение ДА / НЕТ

Избыточное разовое употребление алкоголя (> 50-100 мл мужчины и > 25-50 мл женщины) ДА / НЕТ

Малоподвижный образ жизни ДА / НЕТ

Досаливание готовой пищи (дома, в кафе, столовой) ДА / НЕТ

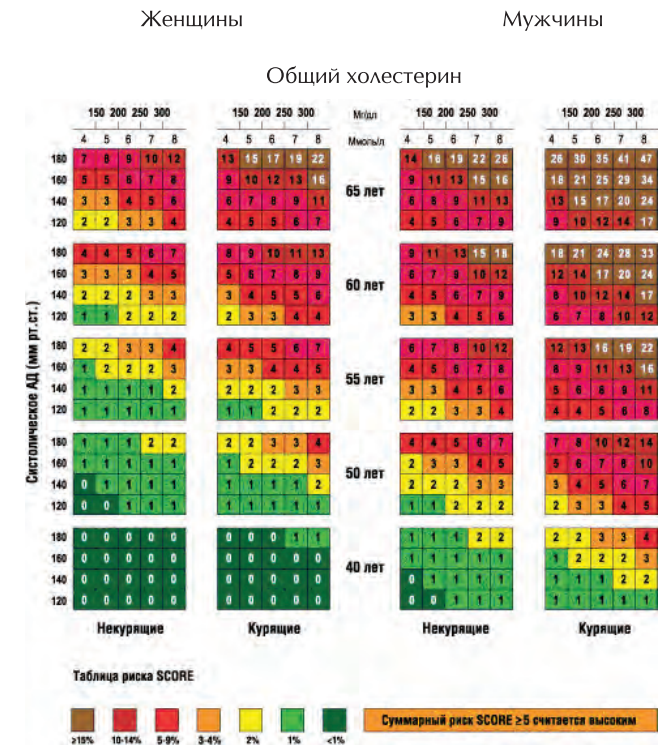
Пониженное настроение за последние 4 недели ДА / НЕТ

Глюкоза крови _____ (норма < 6 ммоль/л (натощак))

Общий холестерин _____ (норма < 5 ммоль/л)

Шкала SCORE.

Суммарный риск развития фатальных сердечно-сосудистых осложнений в течение ближайших 10 лет.



ВАШ СУММАРНЫЙ РИСК

- **ОЧЕНЬ ВЫСОКИЙ**
 - **ВЫСОКИЙ**
 - **ПОВЫШЕННЫЙ**
 - **НИЗКИЙ**
- }
- РЕКОМЕНДУЕТСЯ
ультразвуковое
сканирование
сосудов шеи

Рекомендации

Как распознать инсульт: пять простейших приёмов



1 Попросить человека улыбнуться: улыбка окажется кривой либо больной вовсе не сможет улыбнуться.



2 Попросить поднять и удерживать выпрямленные руки: человек либо поднимет их частично, либо одна рука будет отставать или же обе руки останутся неподвижными.



3 Попросить человека полностью назвать своё имя: больной либо не сможет этого сделать, либо ответит с трудом.



4 Попросить подвигать глазами (поморгать, посмотреть влево-вправо): глазные яблоки будут двигаться несимметрично.



5 Попросить высунуть язык: язык будет искривлён.

Обнаружив хотя бы один из этих признаков, срочно звоните:



С городского телефона: **03**

С мобильного:

МТС - 030

БИЛАЙН - 003

МЕГАФОН - 030

Этот буклет издан Фондом «ОРБИ».

Одна из задач Фонда – сделать так, чтобы каждый человек в России знал об инсульте и его симптомах, и мог в случае необходимости правильно оказать первую помощь пострадавшему.

Самый простой способ помочь Фонду – это рассказать об инсульте и его признаках своим родным и друзьям. Если вам по какой-то причине больше не нужны оборудование или средства по уходу за лежачими больными, пожалуйста, передайте их нашему Фонду, мы отдадим их нуждающимся.

Если вы хотите принять участие в наших программах в качестве волонтера, пожалуйста, позвоните нам или заполните анкету на нашем сайте

Вы также можете внести добровольное пожертвование, воспользовавшись этими реквизитами:
Межрегиональный общественный Фонд помощи родственникам больных с инсультом «ОРБИ»
Куда: 117321 г. Москва, ул. Профсоюзная, д. 126, к. 1
ИНН: 7728123272, КПП 772801001
Р/с 40703810438180000307
В ОАО «Сбербанк России» г. Москва
БИК 044525225
к/с 30101810400000000225
Назначение платежа: добровольное пожертвование на уставную деятельность Фонда.

Добровольное пожертвование можно осуществить также через платежные системы на нашем сайте.
Спасибо!

Вы можете узнать больше о деятельности Фонда, обратившись к нам:
125009, г. Москва, Леонтьевский переулок, дом 5, стр.1, офис 21
Тел: +7 (495) 743-48-68
www.orbifond.ru, info@orbifond.ru
<https://www.facebook.com/orbifond>
Напечатано при поддержке ООО «Верткомм»

ОРБИ МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЙ
ФОНД ПОМОЩИ
РОДСТВЕННИКАМ
БОЛЬНЫХ
С ИНСУЛЬТОМ

NAVI

M
НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ
ПАТОЛОГИИ И ИССЛЕДОВАНИЙ

V
VERTCOMM
агентство адекватных решений

КАРТА ЗДОРОВЬЯ

