

Акция «УДАР: как распознать инсульт» пройдет в Екатеринбурге

В рамках Всемирного дня борьбы с инсультом Городской центр медицинской профилактики совместно со Свердловским региональным отделением Всероссийского общественного движения «Волонтеры-медики» организуют массовую акцию «УДАР: как распознать инсульт».

Волонтеры раздадут информационные материалы и напомним жителям города о том, как распознать признаки инсульта. Акция пройдет 29 октября с 16.00 до 17.00 на улице Вайнера (между пр. Ленина и ул. Малышева).

В трех филиалах Региональной сети книжных магазинов "Дом книги" (филиал на ул. Антона Валека, 12; ТРЦ «Мегаполис» ул. 8 Марта, 149; филиал на ул. Баумана, 3) покупателем в этот день выдадут закладки с указанием признаков инсульта и единого телефона вызова скорой медицинской помощи с мобильных телефонов всех ведущих операторов.

Название акции выбрано неслучайно: аббревиатура «УДАР» складывается из слов «улыбка», «движение», «артикуляция» и «решение». Как это расшифровать? Если улыбка вдруг становится кривой, если при движении одна рука не может работать, как другая, если человек не может правильно выговорить свое имя, то нужно как можно скорее принимать решение о скорейшей госпитализации. Более 80% больных инсультом становятся инвалидами, если вовремя (в течение 3-4 часов) им не была оказана необходимая помощь.

Инсульт развивается из-за того, что перекрывается приток крови к части мозга. Повреждения клеток мозга может иметь различные последствия: нарушения способности говорить или двигаться, расстройства мышления и другие. Инсульт может случиться с человеком любого возраста. С каждым годом заболевание «молодеет».

В настоящее время сердечно-сосудистые заболевания являются основной причиной смерти и инвалидности в мире, к сожалению, Екатеринбург не является исключением. Сердечно-сосудистые заболевания занимают половину в структуре по основным классам болезни.

«Риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний и инсульта провоцируют следующие факторы: повышенное кровяное давление, повышенный индекс массы тела (ИМТ) и ожирение, физическая инертность, курение, недостаточное потребление овощей и фруктов. Правильное питание (умеренное употребление соли, достаточное количество овощей и фруктов в ежедневном рационе), физическая активность, отсутствие стрессов и вредных привычек помогают сохранить сердце и сосуды. Лицам старше 40 лет медики рекомендуют регулярно контролировать артериальное давление. И, главное,

прохождение регулярных профосмотров и диспансеризации», – поделился главный врач Городского центра медицинской профилактики **Лилия Семенова**.

В России по инициативе группы родственников больных и Национальной ассоциации по борьбе с инсультом (НАБИ) в 2006 году был создан межрегиональный фонд помощи родственникам больных инсультом «ОРБИ». Общественная организация предоставляет информацию о лечебных и реабилитационных центрах, проводит просветительские акции для широких слоев населения, обучает родственников больных основам ухода.

ПАМЯТКА: УГРОЖАЮЩИЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

1. внезапное нарушение чувствительности или слабость, особенно на одной стороне тела
2. внезапное нарушение речи или затруднение понимания обращенных слов
3. внезапное нарушение зрения в одном или двух глазах, ощущение двоения в глазах
4. внезапное нарушение походки или потеря равновесия
-внезапное головокружение
5. внезапная тяжелая головная боль без какой-либо очевидной причины

При обнаружении симптомов необходимо срочно вызвать скорую помощь по номеру «03». Вызов «скорой помощи» с мобильного телефона в зависимости от мобильного оператора:

МЕГАФОН – 030

БИЛАЙН – 003, 103

МТС – 030

ТЕЛЕ2 – 103, 030, 03*

МОТИВ – 903

Присоединяйтесь к борьбе с инсультом, берегите себя и своих близких!