**Инсульт – острое нарушение мозгового кровообращения**

Инсульт – это патологический процесс, сопровождающийся нарушением кровообращения в сосудах головного мозга. В результате, различные его отделы могут быть обескровлены, либо пострадать от кровоизлияния, вызванного разрывом сосуда.

Болезнь проявляется возникновением очаговых и/или общемозговых симптомов, которые сохраняются на протяжении суток и могут закончиться усугублением состояния здоровья вплоть до летального исхода.

## Классификация

* **Геморрагический инсульт** – является последствием резкого скачка внутримозгового давления, которое приводит к механическому повреждению (разрыву) стенок сосудов мозга и излиянию крови в ткань мозга.
* **Ишемический инсульт** – основная причина его возникновения тесно связана со снижением внутримозгового давления, в результате чего возникает уменьшение просвета сосудов, а вместе с ней ишемия (обескровливание) определенных участков мозга.

## Причины

* спазм (сужение) сосудов, а также частичная или (чаще) полная закупорка (обтурация);
* воспаление стенки сосудов мозга;
* стойкое повышение артериального давления, которое называется гипертоническим кризом.

К предрасполагающим факторам, способствующим нарушению мозгового кровообращения, относятся:

* заболевания: пороки сердца, сахарный диабет, атеросклероз, артериальная гипертензия;
* ожирение;
* гиперхолестеринемия (повышенное содержание холестерина в крови);
* вредные привычки: курение, злоупотребление алкоголем.



## Признаки (симптомы) инсульта

Определить инсульт несложно даже тем, у кого нет медицинского образования. Для этого необходимо попросить пострадавшего заговорить, улыбнуться и поднять вверх руки. Во всех случаях отмечается неполноценное выполнение просьб. Улыбка будут кривой, речь не четкая и т.д.

Общемозговые симптомы:

* изменение сознания, как правило, оно приглушено, может полностью отсутствовать на протяжении некоторого времени;
* сонливость;
* реже психоэмоциональное возбуждение;
* приступ сильной головной боли с позывом на тошноту и рвоту;
* нарушение ориентации в пространстве;
* тахикардия (сильное сердцебиение).

Очаговые симптомы:

* нарушение произношения слов;
* изменение (полное или частичное отсутствие) подвижности конечностей;
* снижение зрения;
* нарушение дыхания, акта глотания и др.

Проявление данной группы симптомов зависит от локализации разрыва сосуда в участке мозга, отвечающего за определенную функцию.

## Первая доврачебная помощь

При первых признаках заболевания следует незамедлительно вызвать скорую помощь. В это время больному необходим покой. Его следует уложить на горизонтальную поверхность, расположив голову набок, во избежание аспирации рвотных масс. К поверхности головы необходимо приложить холод. Если имеется возможность, то внутривенно можно ввести гипотензивные (снижающие) давление растворы.

## Квалифицированная помощь

Своевременно начатое лечение – залог скорейшего восстановления. Оптимальным временем, в которое следует успеть оказать первую и квалифицированную медицинскую помощь – это **первые 5 часов** после приступа.

Спустя этот временной промежуток наступают необратимые изменения, и лечение окажется малоэффективным.

Лечится инсульт в условиях стационара. Ему предшествует обследование (чаще всего МРТ), благодаря которому специалист определяет, что послужило причиной: закупорка или разрыв сосуда.

Лечение включает несколько этапов:

* назначение и прием медикаментов;
* профилактика;
* реабилитационный период.

Целью лечебных мероприятий является восстановление функционирования пострадавших участков мозга, а также «находящихся в их подчинении» органов и систем. **Тяжелые случаи требуют перевода пациента на аппаратное дыхание.** В первое время показатели артериального давления нестабильны, поэтому ему уделяется особое внимание.

После того, как благополучно миновала острая стадия заболевания, специалистом определяется выраженность поражения и осложнения. После чего определяются реабилитационные мероприятия, основная задача которых восстановление утраченных функций.

## Последствия заболевания

Мозг – это сложный орган, выполняющий и контролирующий разнообразные функции. Ишемия или скопившаяся кровь может по-разному отразиться на его функционировании. К распространенным последствиям относятся:

* полное или частичное отсутствие подвижности в конечностях;
* слабость;
* изменение в поведении и восприятии окружающего мира;
* нарушение речи;
* эпилепсия и др.

Одним из распространенных осложнений является отсутствие возможности выражать свои мысли словами (афазия – нарушение речи). Кроме того, могут возникать трудности при чтении и письме.

## Восстановление после инсульта

Последствия инсульта тяжелые. Самые неприятные из них: ограничение подвижности, которая приводит к немощности, социальной дезадаптации. Огромное значение отводится реабилитации в ранний период (с первых дней после приступа), так как именно в это время мозг способен к быстрому восстановлению.

Быстрота и полноценность восстановления зависит от многих факторов:

* возраста;
* размера и области поражения;
* времени начатого лечения.

В большинстве случаев восстановительный период проходит в домашних условиях. На его протяжении пациент должен продолжать принимать лекарственные препараты, улучшающие мозговое кровообращение, а самое главное осуществлять движение, как здоровой, так и пораженной инсультом конечностью. С этой целью проводятся активные и пассивные упражнения.

Важно, чтобы с пациентом находился человек (родственника, медсестра, сиделка), который будет помогать ему в этом, а также осуществлять уход, наблюдение, выполнять назначения врача. Кропотливый, каждодневный труд позволяет добиться успехов в выздоровлении.

Согласно статистике у 25% пациентов, перенесших инсульт, нарушается речь. В процессе ее восстановления большая роль отводится поддержке родственников, которые окружают больного.

Помочь человеку заново начать говорить сможет логопед. Любой, даже незначительный прогресс в лечении должен поощряться, так как это стимулирует к дальнейшим достижениям. Стимулирует функцию речи и просмотр телевизора, прослушивание музыки, письмо.

## Как ухаживать за больным в первые месяцы после инсульта

Больной обездвижен, а, следовательно, у него нарушены элементарные потребности жизнедеятельности. Огромное значение в подобном состоянии отводится уходу за кожей, слизистыми оболочками. **Одним из показателей качественного ухода является отсутствие пролежней.** Чтобы их не было следует каждые 2-3 часа менять положение больного, избегать попадания крошек, жидкостей на поверхность постельного белья. Ежедневно, особенно после акта дефекации, следует подмывать больного во избежание опрелостей.

Депрессия – частый спутник постинсультного состояния.

**Плохое настроение тормозит процесс восстановления**, поэтому необходима эмоциональная поддержка, вселяющая надежду на выздоровление.

Отдельного внимания заслуживает питание и способ кормления пациента. Пища должна быть по своему составу сбалансированной, употребляться в теплом, измельченном виде. 

Профилактика: **Предупредить возникновение инсульта возможно, если придерживаться правил здорового, активного образа жизни постоянно.** Имеет значение своевременно лечить заболевания, на фоне которых возникает инсульт. Во многих случаях приступ инсульта завершает резкий скачок артериального давления. Поэтому, важно стараться избегать подобных всплесков, вовремя и регулярно употребляя подобранные врачом гипотензивные препараты.После 40 лет увеличивается риск возникновения тромбов, которые могут быть причиной ишемического инсульта, закупорив сосуд. Предупредить подобное состояние возможно, если вовремя принимать препараты, уменьшающие вязкость крови.

**Следует держать под контролем уровень холестерина в крови** (его можно узнать, сдав кровь на биохимическое исследование). Ведь именно он входит в состав атеросклеротических бляшек, которые, закупоривая сосуды, влияют на их эластичность. Поддерживать холестерин в пределах нормы можно с помощью диеты и медикаментозных средств.

Бдительное отношение к своему здоровью поможет избежать одно из распространенных, тяжелых заболеваний – инсульта и долгие годы вести активный образ жизни.