

# КАК РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ?

## ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ВНЕЗАПНО:



НЕ МОЖЕТ  
ПОДНЯТЬ  
РУКУ ИЛИ НОГУ



НЕРАЗБОРЧИВО  
ГОВОРИТ ИЛИ  
НЕ ПОНИМАЕТ,  
ЧТО ЕМУ ГОВОРЯТ



НЕ МОЖЕТ  
УЛЫБНУТЬСЯ



ТЕРЯЕТ РАВНОВЕСИЕ  
И КООРДИНАЦИЮ



**Успеть в первые  
4,5 часа**

## ОСТОРОЖНО, ИНСУЛЬТ! БУДТЕ БДИТЕЛЬНЫ!

В ПЕРВЫЕ 4,5 ЧАСА ОТ НАЧАЛА  
ПРИСТУПА ВРАЧАМ НАМНОГО  
ЧАЩЕ УДАЁТСЯ СПАСТИ ЖИЗНЬ!

### ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА ИНСУЛЬТА:



АРТЕРИАЛЬНАЯ  
ГИПЕРТОНИЯ



ОЖИРЕНИЕ



КУРЕНИЕ



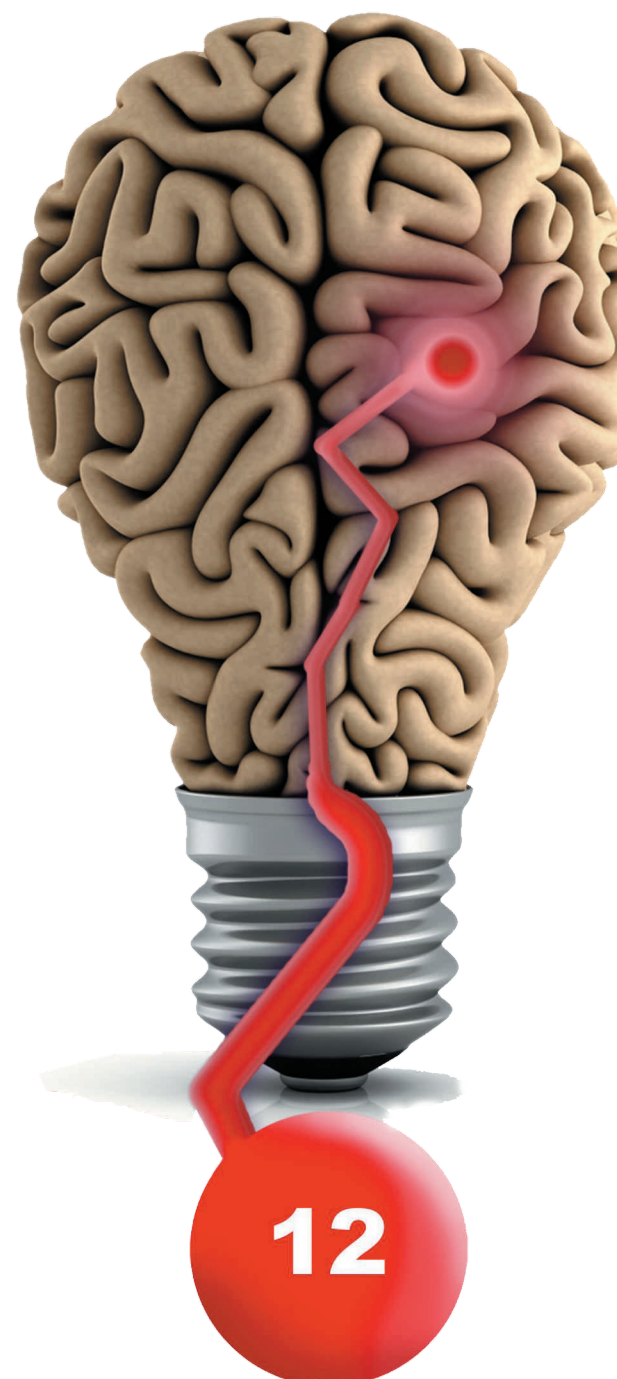
МАЛОПОДВИЖНЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



НЕПРАВИЛЬНОЕ  
ПИТАНИЕ



ХРОНИЧЕСКИЙ  
СТРЕСС



**12**

МИЛЛИОНОВ ЛЮДЕЙ  
ВО ВСЁМ МИРЕ  
ЕЖЕГОДНО УМИРАЕТ  
ОТ ИНСУЛЬТОВ

**МЕДЛИТЬ И ЖДАТЬ НЕЛЬЗЯ!  
СРОЧНО ВЫЗВАТЬ СКОРУЮ МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ!!!**

**03 103 112**

ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТИРИНА -  
ОДНА ИЗ ГЛАВНЫХ ПРИЧИН

## ИНФАРКТА МИОКАРДА

НОРМАЛЬНЫЙ УРОВЕНЬ  
ХОЛЕСТИРИНА - НЕ ВЫШЕ 5 ммоль/л.

ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА ИНФАРКТА:



АРТЕРИАЛЬНАЯ  
ГИПЕРТОНИЯ



ОЖИРЕНИЕ



КУРЕНИЕ



АЛКОГОЛЬ



НЕПРАВИЛЬНОЕ  
ПИТАНИЕ



МАЛОПОДВИЖНЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



## ИНФАРКТ МИОКАРДА

### СИМПТОМЫ

- интенсивная давящая, сжимающая, жгучая боль за грудиной;
- при нагрузке или в покое может распространяться в шею, левую руку, плечи;
- инфаркт миокарда сопровождается чувством «нехватки воздуха», чувством «страха смерти»

### ДО ПРИЕЗДА ВРАЧЕЙ

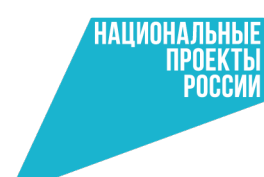
1. Принять положение сидя или лёжа
2. Разжевать полтаблетки аспирина
3. Принять таблетку нитроглицерина под язык или сделать ингаляцию нитроспрея



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ЗАБАЙКАЛЬСКОГО КРАЯ



ПРИ СОДЕЙСТВИИ РОО  
«ЗА ЗДОРОВЬЕ ЗАБАЙКАЛЬЕ»



ДЕМОГРАФИЯ  
Укрепление  
общественного здоровья

Отпечатано в ПАО "Республиканская типография",  
Республика Бурятия, г. Улан-Удэ, ул. Борсоева, д. 13,  
670000. ИНН 0323027708. Тел.: (3022) 217-554, (3012) 37-97-22.  
Тираж 18580. Заказ 20-28694