

# ЧТО ТАКОЕ ИНСУЛЬТ?

Это внезапное нарушение мозгового кровообращения, вызванное закупоркой или разрывом сосуда, снабжающего кровью головной мозг

## ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА:

- Внезапная слабость и онемение в руке или ноге на одной стороне тела.
- Внезапное помутнение сознания, нарушения речи и непонимание обращаемой речи.
- Внезапное нарушение зрения в одном или обоих глазах, ощущение двоения в глазах.
- Внезапное онемение губы или половины лица, часто с «перекосом» лица.
- Внезапное нарушение походки, головокружение, потеря равновесия или координации.
- Внезапная сильная головная боль.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНСУЛЬТЕ:

- Немедленно вызвать скорую помощь.
- Исключить любую физическую нагрузку, сесть или лечь в постель.
- Обеспечить приток свежего воздуха.

## ПРОФИЛАКТИКА ИНСУЛЬТА:

- Питайтесь правильно.
- Будьте физически активными.
- Контролируйте артериальное давление и вес.
- Откажитесь от курения.
- Не употребляйте алкоголь.
- Избегайте стресса.
- Регулярно посещайте поликлинику с профилактической целью.



**ПРОЙДИТЕ ЕЖЕГОДНЫЙ  
ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЙ ОСМОТР — СОХРАНИТЕ ЗДОРОВЬЕ!**

Для оценки состояния своего здоровья обратитесь в поликлинику по месту жительства — пройдите **БЕСПЛАТНО** диспансеризацию или ежегодный профилактический осмотр.