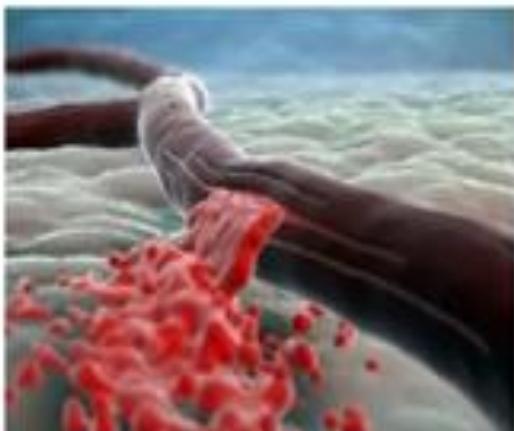




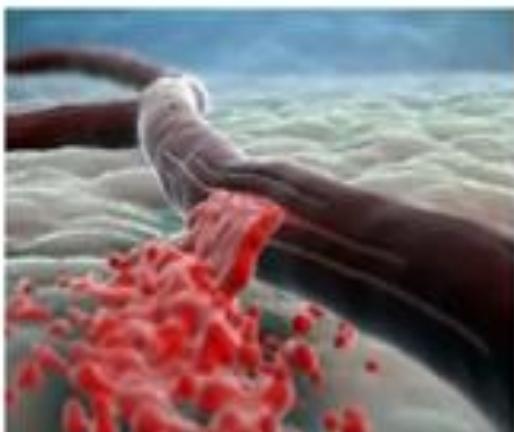
Что такое инсульт?

Это нарушение мозгового кровообращения
вследствие закупорки или разрыва сосуда

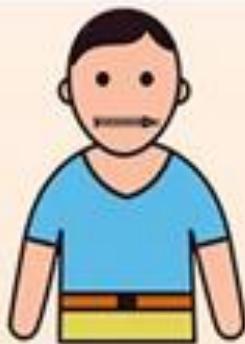


Что такое инсульт?

Это нарушение мозгового кровообращения
вследствие закупорки или разрыва сосуда



Симптомы инсульта



Не может улыбнуться?
Уголок рта опущен?

Не может поднять обе руки? Не может разборчиво
одна ослабла? произнести свое имя?

У врачей есть только 4,5 часа
чтобы спасти жизнь больного.

Симптомы инсульта



Не может улыбнуться?
Уголок рта опущен?

Не может поднять обе руки? Не может разборчиво
одна ослабла? произнести свое имя?

У врачей есть только 4,5 часа
чтобы спасти жизнь больного.

Основные факторы риска инсульта

- Повышенное артериальное давление
- Неправильное питание
- Отсутствие физической нагрузки
- Курение
- Ожирение



Основные факторы риска инсульта

- Повышенное артериальное давление
- Неправильное питание
- Отсутствие физической нагрузки
- Курение
- Ожирение



Первичная профилактика инсульта

1. Обязательная профилактика атеросклероза.
2. Снижение веса и здоровое питание.
3. 150 минут физической активности в неделю (ходьба) или 75 минут физической интенсивной нагрузки в неделю.
4. Лечение диабета.
5. Не курить.
6. Применение Ацетилсалициловой кислоты только по показаниям.
7. Целевой уровень АД ниже 130/80 мм.рт.ст.

4

Первичная профилактика инсульта

1. Обязательная профилактика атеросклероза.
2. Снижение веса и здоровое питание..
3. 150 минут физической активности в неделю (ходьба) или 75 минут физической интенсивной нагрузки в неделю.
4. Лечение диабета.
5. Не курить.
6. Применение Ацетилсалициловой кислоты только по показаниям.
7. Целевой уровень АД ниже 130/80 мм.рт.ст.

4