Запросы:

Болит голова. Это инсульт

Какие симптомы инсульта

Какие признаки инсульта

Как понять, что у меня инсульт

Как понять, что у близкого инсульт

Человек не может улыбнуться

Человек не может поднять руку

Что делать, если случился инсульт

Куда звонить, если случился инсульт

Что делать, если подозреваешь инсульт

Признаки инсульта

Симптомы инсульта

Ответ:

Вот основные симптомы инсульта. Надо срочно позвонить на номер 103 и вызвать скорую, если человек:

* Не может улыбнуться, уголок рта опущен
* Не может поднять обе руки или одна из них слаба
* Не может разборчиво произнести свое имя

Острая нестерпимая головная боль, онемение губы или половины лица и экстремально высокое артериальное давление тоже могут быть симптомами инсульта. И нужно как можно скорее вызвать скорую.

До приезда врачей человека следует уложить на горизонтальную поверхность, расстегнуть одежду, вынуть зубные протезы, если таковые имеются, обеспечить приток свежего воздуха.

Запросы:

Что делать, если случился инсульт

С чего начать лечение после инсульта

Какое лечение после инсульта

Как лечат после инсульта

Ответ:

Когда близкий человек столкнулся с инсультом, возникает очень много вопросов, и легко почувствовать растерянность. Не переживайте, вы не одни, мы поможем вам найти основную информацию:

* Если человек еще лежит в больнице, спросите про его состояние и прогнозы у лечащего врача. Используйте для этого [наш чек-лист](https://orbifond.ru/about-stroke/questions-to-doctor/).
* [Подготовьтесь к выписке](https://orbifond.ru/about-stroke/hospital-discharge/) — обустройте дом, адаптируйте бытовые предметы и продумайте, как вы организуете реабилитацию.
* Очень важно, чтобы реабилитация после инсульта началась как можно раньше. [Почитайте](https://orbifond.ru/about-stroke/rehabilitation-methods/) про сроки и методы реабилитации и [выберите](https://orbifond.ru/about-stroke/rehabilitation-center/) реабилитационный центр.
* Риск повторного инсульта весьма велик. Внимательно [следите](https://orbifond.ru/about-stroke/checkup-after-stroke/) за состоянием близкого.

Если у вас остались вопросы, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Что такое ишемический инсульт

Симптомы ишемического инсульта

Чем опасен ишемический инсульт

Ответ:

Ишемический инсульт случается в результате нарушения проходимости мозговых артерий. При этом прекращается поступление крови к мозгу. Без питания наступает некроз клеток, развивается инфаркт органа.

Последствия ишемического инсульта зависят от объема поражения головного мозга, а также от расположения поврежденного участка. Даже если помощь оказали вовремя, дальше обязательно нужно как можно быстрее перейти к реабилитации.

Подробнее про ишемический инсульт вы можете [почитать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/ischemic-stroke/) или задать вопросы специалистам на бесплатной горячей линии по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Что такое геморрагический инсульт

Симптомы геморрагического инсульта

Чем опасен геморрагический инсульт

Ответ:

Геморрагический инсульт — это кровоизлияние в мозгу, которое образуется чаще всего из-за разрыва патологически измененного сосуда.

Стенка его рвется, кровь свободно изливается в полость черепа, участки мозга испытывают дефицит питания.

Геморрагический инсульт встречается реже, чем ишемический — в 10-15% случаев всех инсультов, но он более опасен для жизни и здоровья.

Подробнее про геморрагический инсульт вы можете [почитать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/hemorrhagic-stroke/) или задать вопросы специалистам на бесплатной горячей линии по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Что такое микроинсульт

Симптомы микроинсульта

Что делать после микроинсульта

Что такое транзиторная ишемическая атака

Что делать после транзиторной

ишемической атаки

Что такое ТИА

Симптомы инсульта прошли

Симптомы ТИА

Симптомы транзиторной ишемической атаки

Ответ:

Если симптоматика инсульта полностью проходит не позже чем через 24 часа от начала, такое нарушение мозгового кровообращения называют транзиторной ишемической атакой — ТИА.

ТИА получила народное название «микроинсульт». Но это некорректное определение, оно может вводить в заблуждение, что ТИА — это что-то незначительное. На самом деле это очень тревожный «звонок».

Нельзя оставлять ТИА без внимания и лечения. После транзиторной ишемической атаки надо обязательно и как можно быстрее обратиться к врачам. Не игнорируйте тревожные симптомы.

Подробнее про ТИА вы можете [почитать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/transient-ischemic-attack/) или задать вопросы специалистам на бесплатной горячей линии по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Инсульт у ребенка

Инсульт у детей

Может быть инсульт у ребенка

Почему случается инсульт у детей

Почему случился инсульт у ребенка

Причины инсульта у детей

Причины инсульта у ребенка

Симптомы инсульта у детей

Симптомы инсульта у ребенка

Ответ:

У детей тоже бывает инсульт. В зависимости от времени возникновения различают:

* [перинатальный инсульт](https://orbifond.ru/about-stroke/perinatal-stroke/), который возникает во время беременности и период новорожденности;
* [детский инсульт](https://orbifond.ru/about-stroke/children-s-stroke/), который возникает после 28 дня жизни и до окончания периода детства, то есть 18 лет.

Хотя принято считать, что растущий мозг ребенка имеет больше шансов на восстановление после инсульта, чем мозг взрослого, в восстановлении после инсульта у детей есть целый ряд особенностей. Перед ребенком стоит больше задач, связанных с обучением и освоением самых разных навыков.

Реабилитация ребенка после инсульта должна начинаться немедленно.

Если у вас есть вопросы, связанные с детским инсультом, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Не лечат после инсульта

Отказывают в лечении

Ответ:

К сожалению, во время лечения и реабилитации после инсульта можно столкнуться с разными сложностями. Если вам нужна консультация юриста, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

В больнице после инсульта

Что делать в больнице после инсульта

Что спросить у врача

Ответ:

Когда ваш близкий оказался с инсультом в больнице, возникает очень много вопросов, и легко почувствовать растерянность. Не переживайте, мы подскажем, как лучше действовать:

* Спросите у врача про состояние близкого. Посмотрите [список вопросов](https://orbifond.ru/about-stroke/questions-to-doctor/), которые лучше задать.
* Не привозите близкому все подряд. Выберете [те предметы](https://orbifond.ru/about-stroke/chto-privezti-v-bolnitsu/), которые действительно могут пригодится.
* [Подготовьтесь](https://orbifond.ru/about-stroke/hospital-discharge/) к выписке и [узнайте как можно больше](https://orbifond.ru/about-stroke/improper-rehabilitation/) про реабилитацию после инсульта.

Если у вас будут вопросы, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Что нельзя после инсульта

Запреты после инсульта

Ответ:

Запреты и ограничения нужно обсуждать с лечащим врачом. Человек должен быть активен в том объеме, в котором он может, и этот объем движений необходимо расширять.

Ограничения по качеству движения определят врачи — лечащий врач невролог и врач по лечебной физкультуре. Если они определили, что двигаться можно, значит двигаться нужно.

Подробнее [можно почитать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/improper-rehabilitation/).

Запросы:

Что такое реабилитация после инсульта

Когда начинается реабилитация

Когда начать реабилитацию

Нужна ли реабилитация

Нужно ли проходить реабилитацию

Что входит в реабилитацию

Кому нужна реабилитация после инсульта

Ответ:

Препаратов, восстанавливающих функции мозга, нет. Поэтому всем людям после инсульта нужна комплексная реабилитация. Реабилитацию нужно начинать как можно раньше, чтобы шанс вернуть человека к нормальной жизни был максимально высок. Все мероприятия начинаются еще в больнице.

Также очень важен мультидисциплинарный организованный подход. Последствия инсульта затрагивают нескольких разных сфер. Поэтому контролировать восстановление должна команда специалистов: невролог, логопед, нейропсихолог, эрготерапевт и физический терапевт.

Еще важные принципы реабилитации — непрерывность и регулярность. Нужно заниматься с близким каждый день, как только врач даст на это разрешение.

Если у вас есть вопросы по реабилитации, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Как оформить инвалидность

Как получить инвалидность

Инвалидность после инсульта

Когда дают инвалидность после инсульта

Как оформить инвалидность после инсульта

Ответ:

Люди, которые столкнулись с осложнениями после инсульта, могут оформить инвалидность и получить льготы. В зависимости от тяжести заболевания могут присвоить первую, вторую или третью группу инвалидности (первая — самая тяжелая).

Чтобы оформить инвалидность, сначала нужно получить направление на медико-социальную экспертизу (МСЭ).

По результатам экспертизы специалисты бюро МСЭ принимают решение. Пациента могут признать или не признать человеком с инвалидностью. Если признают, то установят группу и разработают индивидуальную программу реабилитации (ИПРА).

Подробную информацию мы собрали [здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/disability-after-stroke/).

Запросы:

Реабилитационный центр после инсульта

Где проходить реабилитацию после инсульта

Как выбрать реабилитационный центр

Какой реабилитационный центр после инсульта

Ответ:

Реабилитация после инсульта — это процесс, требующий знаний и способностей объединить различные методы в комплексную программу. Поэтому восстанавливать утраченные функции лучше всего в реабилитационном центре.

На что обратить внимание при выборе центра:

* Лицензия. Любой реабилитационный центр — это медицинская организация. Сканы лицензии можно найти на сайте или попросить сотрудников их показать.
* Специалисты. Реабилитация — это комплекс восстановительных процедур. Хорошо, если в центре работают: лечащий врач-терапевт или врач-реабилитолог, физический терапевт, эрготерапевт, нейропсихолог, логопед, клинический психолог или психотерапевт.
* Методы реабилитации. Стоит спросить, какие методы используют в центре. Методы реабилитации с доказанной эффективностью: физическая терапия, эрготерапия, лекарственная терапия, помощь психолога и логопеда.

Подробнее про выбор центра вы можете [почитать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/rehabilitation-center/) или задать вопросы специалистам на бесплатной горячей линии по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Как получить лекарства после инсульта

Бесплатные лекарства после инсульта

Кому положены бесплатные лекарства

Как получить бесплатные лекарства

Не дают лекарства после инсульта

Ответ:

Людям, которые перенесли инсульт, положены бесплатные лекарства. В перечень, который утвердил Минздрав, входит 23 препарата. Врач назначает необходимые для конкретного человека лекарства.

После выписки из больницы, чтобы получить бесплатные препараты, нужно обратиться в поликлинику по месту жительства и предоставить заключения и результаты анализов, подтверждающие диагноз.

Что делать, если врач отказался выписать лекарства, подробно [объясняем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/free-medicines-after-stroke/).

Запросы:

Лекарства после инсульта

Какие лекарства нужны после инсульта

Вылечить инсульт лекарствами

Какие лекарства лечат инсульт

Ответ:

Все лекарства назначает врач. Но важно помнить, что препаратов, восстанавливающих функции мозга, нет. Терапия направлена на контроль хронических заболеваний и профилактику повторного инсульта.

Поэтому обязательно аккуратно и дисциплинированно принимать препараты по снижению артериального давления, контролю сахара крови, статины, если они прописаны врачом.

Но рассчитывать только на лекарства нельзя. Нужно заниматься комплексной реабилитацией.

Как получить бесплатные лекарства после инсульта, вы можете [узнать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/free-medicines-after-stroke/).

Запросы:

Как получить льготы

Как оформить льготы

Льготы после инсульта

Какие льготы после инсульта

Ответ:

Инвалидность после инсульта дает право на льготы. Перечень льгот зависит от состояния здоровья и присвоенной группы инвалидности.

После того, как человек прошел медико-социальную экспертизу (МСЭ), получил справку об инвалидности и индивидуальную программу реабилитации (ИПРА), он может оформлять льготы.

Людям с инвалидностью положены денежные выплаты, льготы на лекарства и коммунальные платежи, транспортные и налоговые льготы, льготы на образование.

Как получить инвалидность после инсульта, подробно [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/disability-after-stroke/). А обо всех льготах [здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/9-privileges/).

Запросы:

Как сделать дом безопасным

Как подготовить дом после инсульта

Что купить для дома после инсульта

Безопасный дом после инсульта

Как адаптировать дом

Ответ:

Чтобы ваш близкий смог сам передвигаться по дому поле инсульта, нужно переоборудовать жилье. Большинство рекомендаций простые и не требуют больших финансовых затрат, но помогут человеку чувствовать себя уверенно.

Вот небольшой список советов:

* Добавьте освещение. Зрительное восприятие после инсульта у человека изменено, острота зрения снижена.
* Уберите лишние вещи. Подумайте, какую мебель можно выбросить или убрать на хранение в другое помещение.
* Уберите с пола ковры. Пока человек подволакивает или плохо поднимает ногу, есть риск того, что он зацепится за ковер и упадет.
* Поставьте тяжелый стул на «маршрутах» вашего близкого. Силы могут внезапно покинуть человека.

Больше рекомендаций [собрали здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/house-after-stroke/).

Запросы:

Питание после инсульта

Что нельзя есть после инсульта

Что можно есть после инсульта

Диета после инсульта

Какие продукты после инсульта

Ответ:

Человеку после инсульта важно следовать всем предписаниям лечащего врача и соблюдать определенную диету, чтобы снизить риск повторного инсульта.

Обязательно проконсультируйтесь со специалистом о том, какую еду стоит готовить вашему близкому. Но есть и общие рекомендации, которым можно следовать, если у человека нет проблем с глотанием.

Убедитесь, что в рационе есть:

* Цельнозерновые каши с высоким содержанием клетчатки.
* Овощи и фрукты. Они могут быть как свежими, так и замороженными или сушеными.
* Рыба: лосось и сельдь.
* Белок, который содержится в нежирном мясе и птице, орехах, бобах, горохе.

Подробнее о питании [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/food-and-stroke/). Если у близкого есть проблема с глотанием, почитайте [эти рекомендации](https://orbifond.ru/about-stroke/feeding-after-stroke/).

Запросы:

Как следить за близким

Как избежать повторного инсульта

Как следить за давлением

Как контролировать после инсульта

Как следить за состоянием человека после инсульта

Как следить за состоянием близкого после инсульта

Ответ:

Риск повторного инсульта весьма велик. Чтобы снизить риски, надо внимательно следить за состоянием близкого.

Вот рекомендации, которые помогут вам ухаживать дома за человеком, столкнувшимся с инсультом:

* Проверяйте, что человек принимает препараты, не отступая от схем, прописанных врачом. Лекарства нельзя самовольно отменять, заменять другими по своему выбору или прекращать их прием.
* Контролируйте артериальное давление утром и вечером и записывайте результат в специально заведенный для этого блокнот (как это правильно делать, [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/measure-pressure/)).
* Контролируйте уровень сахара в крови
* Если ваш близкий страдает [сахарным диабетом](https://orbifond.ru/about-stroke/diabetes-stroke/), то поддержание оптимального уровня сахара в крови, прием сахаропонижающих препаратов или инъекции инсулина, а также строгое соблюдение диеты особенно важны.
* Регулярно сдавайте анализ крови на так называемый липидный профиль: общий холестерин, триглицеиды, ЛПНП, ЛПВП.
* Ежегодно делайте УЗИ сосудов шеи (УЗИ БЦА).

Подробнее обо всех рекомендациях [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/checkup-after-stroke/).

Запросы:

Нарушения речи после инсульта

Что такое афазия

Что такое дизартрия

Что делать при афазии

Что делать при дизартрии

Не понимает речь после инсульта

Плохо говорит после инсульта

Как разговаривать после инсульта

Ответ:

После инсульта бывает два речевых диагноза: афазия или дизартрия.

Афазия характеризуется нарушением в разной степени всех речевых умений: возможности говорить, понимания речи (она звучит для человека как иностранный язык), чтения и письма.

Дизартрия затрагивает только произнесение слов, их четкость и темп. Понимание речи, письмо и чтение у людей с дизартрией сохранено.

Восстановлением речи после инсульта занимается логопед. Но родственникам тоже надо принимать активное участие в этом процессе.

Показывайте предметы в комнате или изображения предметов на картинках. Предлагайте соединить слово и предмет. Вместе читайте или прослушивайте короткие рассказы. Пишите диктанты из простых слов.

Если ваш родственник не говорит, пойте вместе любимые песни, вместе читайте стихи, вспоминайте пословицы и поговорки, играйте в лото, карты, домино.

Больше информации про афазию и дизартрию, а также рекомендаций по занятиям мы [собрали здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/communication-problems-after-stroke/).

Запросы:

Как заниматься дома когда нарушена речь

Как заниматься дома с афазией

Как заниматься дома с дизартрией

Упражнения для речи

Логопедические упражнения

Упражнения речь после инсульта

Как восстановить речь после инсульта

Ответ:

Восстановлением речи после инсульта занимается логопед. Нужно обязательно обратиться за его консультацией. Но родственникам тоже надо принимать активное участие в восстановлении речи. Вот что можно делать дома.

Если у вашего родственника нарушено понимание речи:

* Показывайте близкому предметы в комнате или изображения предметов на картинках.
* Предлагайте соединить слово и предмет.
* Вместе читайте или прослушивайте короткие рассказы.
* Пишите диктанты из простых слов.

Если ваш родственник не говорит:

* Пойте вместе любимые песни.
* Вместе читайте стихи.
* Вспоминайте пословицы и поговорки.
* Играйте в лото, карты, домино.
* Рассматривайте и обсуждайте фотографии.

Больше информации про нарушения речи, а также рекомендаций по занятиям мы [собрали здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/communication-problems-after-stroke/).

Запросы:

Растяжки после инсульта

Как делать растяжки

Нужно делать растяжки

Растяжки при спастике

Ответ:

Частое осложнение после инсульта — спастичность или повышение мышечного тонуса. При спастичности мышца постоянно находится в напряжении.

Чтобы помочь человеку, проводят ботулинотерапию — в мышцу вводят препарат, который снижает мышечный тонус на 3-4 месяца. Уколы ботулинотеарпии нужно периодически повторять.

Поэтому чтобы мышцы при спастичности не болели, нужно каждый день проводить растяжки.

* Растяжки нужно делать несколько раз в день.
* Поза человека должна быть симметричной.
* Перед растяжкой надо провести подготовительное упражнение — «аппроксимацию» сустава. Нужно совершить надавливание на сустав по оси.
* Боли быть не должно. Растяжка отдельных мышц может быть очень медленной и занимать от нескольких секунд до нескольких минут.

Подробнее о растяжках после инсульта [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/stretching-after-stroke/).

Запросы:

Не может жевать

Не может глотать

Проблемы с глотанием

Проблемы с жеванием

Как кормить человека

Ответ:

Если у вашего близкого после инсульта нарушены жевание или глотание, важно правильно организовать прием пищи дома.

Перед приемом пищи, положите нескользящий коврик под посуду, повяжите салфетку или наденьте нагрудник на человека. Дайте близкому удобную посуду и столовые приборы.

Выбирайте пищу нужной консистенции. Например, гуляш можно предлагать тем людям, которые уже глотают без поперхивания. Консистенция картофельного пюре подойдет людям с ослабленной функцией жевания и глотания. Но липкое картофельно пюре может оставаться во рту после проглатывания.

Больше рекомендаций [собрали здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/feeding-after-stroke/).

Если у человека нарушено глотание, посадите его за стол. Следите, чтобы у спины и под ногами была опора, паретичная рука лежала на подушке или в поддерживающей косынке. Если вы кормите близкого в постели, надо поднять головной конец кровати — от 45 до 90 градусов.

Пища должна быть теплой или чуть прохладной. Ложку подносите ко рту со «здоровой» стороны. Все продукты давайте с чайной ложки.

Подробнее о нарушении глотания [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/dysphagia-after-stroke/).

Запросы:

Что такое дисфагия

Что делать при дисфагии

Как кормить при дисфагии

Ответ:

Одно из наиболее опасных осложнений инсульта — нарушение глотания или дисфагия. Из-за дисфагии жидкость и пища могут попадать в дыхательные пути и приводить к аспирационной пневмонии. Еще дисфагия может привести к истощению и обезвоживанию.

Поэтому важно вовремя обратить внимание на тревожные симптомы и знать основные правила кормления близкого.

Надо обратиться к врачу, если человек:

* поперхивается пищей или кашляет во время и после еды;
* покашливает, прочищает горло во время или после кормления;
* тяжело или прерывисто дышит после глотания.

Когда вы кормите человека с дисфагией, посадите его за стол. Следите, чтобы у спины и под ногами была опора, паретичная рука лежала на подушке или в поддерживающей косынке. Если вы кормите близкого в постели, надо поднять головной конец кровати — от 45 до 90 градусов.

Пища должна быть теплой или чуть прохладной. Ложку подносите ко рту со «здоровой» стороны. Все продукты давайте с чайной ложки.

Подробнее о нарушении глотания и рекомендация при кормлении [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/dysphagia-after-stroke/).

Запросы:

Можно работать после инсульта

Нельзя работать после инсульта

Когда вернуться на работу после инсульта

Кем нельзя работать

Кем можно работать

Работа после инвалидности

Работа с инвалидностью

Ответ:

После инсульта человек может вернуться к работе. Но все зависит от тяжести инсульта и от профессии.

Не обязательно, что человек вернется на ту же самую работу и должность, с теми же обязанностями. Работодатель несет юридическую ответственность и должен предпринять все возможное, чтобы сотрудник после инсульта не потерял работу и сохранил доступ к возможностям, которые были до заболевания.

Даже если человек стремиться вернуться на работу как можно быстрее, все равно после инсульта ему придется провести какое-то время на больничном.

После четырех месяцев больничного обязательно проводится медико-социальная экспертиза (МСЭ), и человеку могут установить группу инвалидности. Не всегда это означает, что вернуться на работу больше не получится. Все зависит от группы инвалидности, индивидуальной программы реабилитации и возможностей работодателя.

Подробнее обо всех юридических моментах [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/work-after-stroke/).

Запросы:

Увольняют после инсульта

Меня уволят после инсульта

Увольнение после инсульта

Ответ:

Если человек после инсульта не может работать на прежней должности, работодатель должен предоставить ему возможность выбрать другую подходящую вакансию. Только если такой вакансии нет, или работник не согласен с новыми условиями работы, он может быть уволен.

Согласно статье 178 Трудового кодекса, если сотрудника уволили по медицинским показаниям из-за отказа перевестись на другую должность или отсутствия вакансий, ему должны выплатить выходное пособие в размере двухнедельного заработка.

Также человека могут уволить, если его признали полностью неспособным к трудовой деятельности в соответствии с медицинским заключением. В этом случае бюро МСЭ констатирует полную утрату способности к труду и не включает в индивидуальную программу реабилитации (ИПР) трудовые рекомендации.

Если вам нужна более подробная консультация, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Больничный после инсульта

Как оформить больничный

На сколько дадут больничный

Ответ:

Практически всегда инсульт сопровождается госпитализацией, а значит человеку оформляют больничный лист. Во время больничного человека нельзя уволить. Также работник вправе получать пособие по временной нетрудоспособности.

Срок больничного листа зависит от тяжести инсульта, скорости восстановления человека и общего состояния здоровья. Максимальная продолжительность больничного в случае инсульта — 12 месяцев. Но каждые две недели больничный продлевает врачебная комиссия.

После четырех месяцев больничного обязательно проводится медико-социальная экспертиза (МСЭ), и специалисты решают, установить человеку группу инвалидности или нет. Инвалидность могут и не дать, а просто продлить срок реабилитации до календарного года.

Документ о временной нетрудоспособности может открыть врач в больнице или участковый в поликлинике.

Если вам нужна более подробная консультация, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Спастика после инсульта

Что такое спастика

Как бороться со спастикой

Что делать со спастикой

Что делать при спастике

Ответ:

Спастичность — это повышение мышечного тонуса. При спастичности мышца постоянно находится в напряжении, поэтому люди испытывают трудности при движении. Спастичность может привести к контрактуре, когда мышца перерождается в соединительную ткань, и ее нельзя растянуть или разогнуть.

Чтобы помочь человеку со спастичностью, проводят ботулинотерапию — в мышцу вводят препарат, который снижает мышечный тонус на 3-4 месяца. Уколы ботулинотеарпии нужно периодически повторять. Поэтому чтобы мышцы при спастичности не болели, нужно каждый день проводить растяжки.

Спастичность зависит от многих факторов. Повышение тонуса при боли и дискомфорте — это рефлекс, который обладает накопительным эффектом. Если в течение тонус повышается из-за разных факторов, мышцы будут в напряжении и следующие несколько дней. И наоборот – чем лучше состояние человека, тем меньше тонус.

Поэтому лучше избегать любой боли, дискомфорта, повышения температуры тела, неудобных и несимметричных поз, бесцельных упражнений, массажа со стимуляцией мышц.

Если вам нужно больше информации, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Боли после инсульта

Болит рука после инсульта

Болит нога после инсульта

Почему боли после инсульта

Ответ:

Боль блокирует обучение человека и мешает реабилитации. Это всегда сигнал опасности для организма. Поэтому с любой болью нужно обязательно обращаться к врачу.

Вот несколько причин, по которым могут быть боли после инсульта:

* Слабость в руке. Дельтовидная мышца не может удержать головку плечевой кости в полости сустава, возникает вывих или подвывих плеча.
* Спастичность или повышение мышечного тонуса. Мышца постоянно находится в напряжении. Из-за высокого тонуса и отсутствия движения могут быть сильные боли в конечностях — может болеть плечо, поясница, рука или нога.
* Контрактуры — ограничения движения в суставах, связанные с неподвижностью в них.
* Боли могут быть связаны с поражением головного мозга. Тогда боли присутствуют в половине тела, например, в руке и ноге с одной стороны.
* При инсульте организм человека очень раним, и может возникнуть воспаление в любой части тела. При инсульте часто бывает пульпит, гайморит, отит, цистит и многое другое. Все это может вызвать боль.

Если вам нужно больше информации, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Парез после инсульта

Нарушения движений после инсульта

Двигательные нарушения после инсульта

Проблемы с движением после инсульта

Что такое апраксия

Что такое атаксия

Не может двигать рукой

Не может двигать ногой

Трудно двигать рукой

Трудно двигать ногой

Ответ:

Инсульт часто проявляется двигательными нарушениями — человек теряет способность самостоятельно сидеть, стоять, ходить и пользоваться рукой. Процесс управления движениями очень сложный. И поражение разных отделов мозга при инсульте приводит к разнообразным последствиям.

* Парез или слабость в мышце. У человека не хватает сил, чтобы поднять руку и преодолеть силу тяжести.
* Спастичность — повышение мышечного тонуса. Мышцы напряжены даже в покое, при попытке их разогнуть или согнуть чувствуется сопротивление. Иногда из-за высокой спастичности человек не может двигать рукой, в которой есть сила.
* Апраксия – нарушение, когда человек не может управлять конечностью, хотя сила и тонус при этом могут быть нормальными.
* Атаксия – нарушение координации рук и ног или всего тела. Бывает при поражении мозжечка или вестибулярного аппарата. Движения человека не скоординированные, неловкие.

Нарушение чувствительности может привести к тому, что человек не может понять, в каком положении конечность и поэтому не может ей управлять.

Подробнее о двигательных нарушениях можно [узнать здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/movement-disorder-after-stroke/).

Запросы:

Что такое трахеостома

Как ухаживать за трахеостомой

Трахеостома после инсульта

Ответ:

Трахеостома — специальная трубка, которую устанавливают в трахею через отверстие (стому) в горле. Она создает искусственный дыхательный путь, через который воздух сразу попадает в трахею и легкие, минуя полость рта и носа.

Вот основные правила ухода за трахеостомой:

* Нужно ежедневно менять чистую салфетку вокруг трахеостомического отверстия под ушками трубки.
* Чтобы зафиксировать трахеостомическую трубку, используйте специальные фиксирующие ленты. Не затягивайте ленты сильно. Это может привести к сдавливанию вен и возникновению пролежней.
* Людям, которые долго пользуются трахеостомой, желательно использовать тепловлагообменник. Тепловлагообменник или «искусственный нос» устанавливается на трубку и защищает трахею от попадания пыли, согревает и увлажняет вдыхаемый воздух.
* Трахеостома — не препятствие для еды, движения, проведения двигательной реабилитации. Человек с трахеостомой может выходить на балкон, гулять на улице, если ему доступна ходьба. Нельзя гулять только в сильный мороз.
* С трахеостомой также можно принимать душ. Следите, чтобы вода не попадала в трубку и используйте защиту для душа — тепловлагообменник. Но погружаться в ванну и нырять, конечно, нельзя.

Если вам нужно больше информации, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Как переодевать после инсульта

Как переодеваться после инсульта

Одежда после инсульта

Ответ:

Одежда дает нам психологическую защиту, обозначает социальный статус. Если человек долго носит пижамы, халаты, разношенную или неопрятную домашнюю одежду, у него снижается критика и желание покидать привычную территорию, менять привычный образ жизни, могут развиваться депрессивные настроения.

Поэтому важно поддержать человека после инсульта в его желании одеваться и переодеваться.

Можно адаптировать предметы. И пользоваться специальными устройствами — захватом для молний и пуговиц, захватом для носков и обуви, расширителям для носок и брючин. Такие устройства продаются в интернет-магазинах в разделах с товарами для ухода и реабилитации.

Подобрать одежду на 1-2 размера больше, чтобы ее было проще надевать. Также стоит выбирать одежду с широким воротом, без рукавов или с широким рукавом, без застежек, без резинок, сужающих рукав и ворот.

Лучше, если одежда будет из хорошо тянущейся ткани, трикотажная, но не тонкая. Обувь должна быть без застежек или на липучках, без язычка. В нее должно быть просто засунуть ногу.

Если плохо работает рука, нужно научить человека натягивать рукав сначала на пораженную руку и лишь затем продевать в рукав здоровую. Иначе одежда превращается в ловушку.

Больше рекомендаций [читайте здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/motivation-to-change-clothes/).

Запросы:

Мочевой катетер после инсульта

Как следить за мочевым катетером

Ответ:

Мочевой катетер — это специальная трубка, которая вводится в мочевой пузырь через уретру. Он нужен, чтобы выводить мочу из организма человека, который не может мочиться самостоятельно.

Мочевой катетер — это не препятствие для движения и проведения двигательной реабилитации. Человек с мочевым катетером может и должен ходить.

Правила ухода за катетером:

* Нельзя промывать катетер водой или другими средствами. Так можно занести инфекцию в мочевыводящие пути.
* Если человек без сознания, страдает от деменции или чрезмерно тревожится, следите, чтобы он не выдернул катетер. Существует специальное белье с застежками, не позволяющее достать катетер.
* Никогда не тяните за катетер.
* Нужно следить, чтобы катетер, цистостома или трубка мочеприемника не были перегнуты или перекручены.
* С катетером нельзя принимать ванну и погружаться в воду. Можно принимать душ, временно пережав катетер.

Емкость для сбора мочи – мочеприемник-пакет или обычная банка — должна находиться ниже мочевого пузыря.

Нужно регулярно опорожнять мочеприемник, не допускать наполнения пакета до максимального значения.

Больше рекомендаций мы [собрали здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/urinary-catheter/).

Запросы:

Когда можно заниматься спортом после инсульта

Спорт после инсульта

Ответ:

Правильный фитнес и спорт могут снижать риск повторного инсульта и способствовать восстановлению утраченных из-за инсульта функций. Перед началом занятий спортом и фитнесом необходимо проконсультироваться со спортивным врачом или врачом-реабилитологом.

Нужно решить, какие именно виды спорта и фитнеса выбрать для занятий фитнесом и спортом. Здесь важно подобрать то, что нравится и приносит удовольствие. Людям после инсульта хорошо подходит скандинавская ходьба с палками, танцы, плаванье, йогу, тай-чи и цыгун.

Чтобы заниматься спортом, у человека должно быть восстановлено нормальное движение рук и ног и нормальная толерантность к нагрузке. Если долго лежать и мало двигаться, сердце растренировывается и не может выдерживать нагрузку фитнесом.

При низкой толерантности к нагрузке человеку дают тренинги, где следят за пульсом, и дают нагрузку, чтобы сердце и слабые мышцы набирали силу и выносливость. Когда сердце уже работает уверенно, можно переходить к фитнесу.

Если вам нужно больше информации, позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Алкоголь после инсульта

Можно пить спиртное после инсульта

Можно пить алкоголь после инсульта

Что можно пить после инсульта

Сколько алкоголя после инсульта

Алкоголь риск инсульт

Ответ:

Есть мнение, что алкоголь в небольших количествах — это хорошая профилактика инсульта. На самом деле это довольно опасное заблуждение, которое уже опровергнуто научными исследованиями и данными.

Не существует «безопасной» дозы спиртного. Нет также и «полезных» или «менее вредных» алкогольных напитков.

Алкоголь повышает давление в крови и негативно влияет на сосуды, что в конечном итоге может привести к инсульту. Кроме этого, употребление слишком большого количества алкоголя может обострить проблемы с другими факторами риска: диабетом, мерцательной аритмией.

Даже умеренное употребление алкоголя не дает защиты от инсульта и наоборот увеличивает шансы его возникновения.

Подробнее об исследованиях [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/alcohol-and-stroke/).

Запросы:

Курение и инсульт

Можно курить после инсульта

Нельзя курить после инсульта

Риск инсульта курение

Ответ:

Курение может вызывать образование тромбов. Есть связь между курением и атеросклерозом — уплотнением стенок артерий. Атеросклероз является одной из причин ишемического инсульта. При попадании никотина в кровь холестерина осаживается на поверхности стенок сосудов, образуются бляшки. Их разрыв может привести к образованию тромбов, а затем и инсульту.

Никотин истончает сосуды. И делает их менее эластичными. Курение также способствует сужению просвета кровеносных артерий. Это может вызвать ишемический и геморрагический инсульт.

Никотин изменяет свойства крови. Она становится более вязкой и быстрее свертывается. В результате повышается способность образования тромбов и возрастает риск инсульта.

Курение усиливает воспаление в мозге. Регулярное курение табака усиливает в головном мозге воспаление и оксидантный стресс — дисбаланс химических веществ, который может привести к его повреждению.

Оксидантный стресс играет роль в развитии ишемического инсульта.

Вейпы представляют такую же большую опасность, как и обычный табак.

Больше информации [ищите здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/smoking-and-stroke/).

Запросы:

Диабет и инсульт

Риск инсульта при диабете

Диабет приводит к инсульту

Ответ:

Диабет — это заболевание, при котором организм не способен выработать достаточное количество инсулина (1 тип) или не может его использовать должным образом (2 тип), чтобы переработать сахар (глюкозу) в крови.

Когда в крови слишком много сахара это вредит артериям и остальным кровеносным сосудам. У людей с сахарным диабетом чаще развиваются атеросклеротические бляшки, также повышен риск тромбообразования, что может в конечном итоге привести к закупорке сосуда и ишемическому инсульту.

Борьба с диабетом должна начаться с визита к эндокринологу. Вместе с врачом вы должны выработать план действий, который поможет вам избежать или контролировать заболевание. Этот план может включать медикаментозное лечение, а также изменение в образе жизни.

Изменение образа жизни — это главное в профилактике и лечении сахарного диабета.

Больше про диабет, лечение и риски инсульта [читайте здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/diabetes-stroke/).

Запросы:

Фибрилляция предсердий и инсульт

Мерцательная аритмия и инсульт

Риски фибрилляция предсердий

Риски мерцательная аритмия

Ответ:

Одним из основных факторов риска возникновения ишемического инсульта является фибрилляция предсердий или мерцательная аритмия

Жалобы при фибрилляции предсердий могут сильно отличаться у разных людей. Иногда фибрилляция предсердий не вызывает каких-либо симптомов, и человек совершенно не осознает, что частота сердечных сокращений нерегулярна.

Если у вас есть фибрилляция предсердий, вы должны обсудить с врачом наиболее подходящую вам схему лечения.

[Больше информации о фибрилляции предсердий](https://orbifond.ru/stroke/profilaktika-insulta/fibrillyatsii-predserdij-fp/).

[Тест «Измерь возраст своего сердца!»](https://orbifond.ru/stroke/profilaktika-insulta/test-skolko-let-vashemu-serdtsu/)

Запросы:

Гипертония и инсульт

Гипертония риск инсульта

Повышенное давление и инсульт

Повышенное давление риск инсульта

Ответ:

Артериальная гипертония — один из ведущих факторов риска развития инсульта и других опасных заболеваний.

Артериальная гипертония или повышенное давление — это состояние, при котором давление крови на стенку сосуда оказывается повышенным продолжительное время.

Артериальная гипертония, вопреки расхожему мнению, в большинстве случаев протекает без каких-либо симптомов. Многие годы можно жить, не испытывая никакого дискомфорта, и не подозревать о наличии заболевания.

Крайне важно регулярно контролировать свое артериальное давление, даже если вы чувствуете себя хорошо. В этом вам поможет тонометр. Если вы зафиксировали подъем давления, обратитесь к кардиологу, он определит дальнейшие действия.

[Подробнее о гипертонии](https://orbifond.ru/about-stroke/hypertension/).

[Как измерять давление](https://orbifond.ru/about-stroke/measure-pressure/).

Запросы:

Нужна помощь психолога

Мне нужен психолог

Нужен психолог после инсульта

Психологическая помощь

Психологические консультации

Ответ:

Инсульт настигает человека и его близких внезапно. Еще вчера можно было вести привычный образ жизни и заниматься повседневными делами, и вдруг все рушится.

Если вам или вашему близкому нужна поддержка специалистов, [оставьте заявку на бесплатные психологические консультации](https://orbifond.ru/psychology/), которые проводит команда фонда ОРБИ.

Консультации проводят опытные психологи, у которых есть большой опыт работы с людьми, перенесшими инсульт, и их родственниками.

Запросы:

Депрессия после инсульта

Как понять что депрессия

Как общаться при депрессии

Как общаться если депрессия

Признаки депрессии

Симптомы депрессии

Что делать депрессия

Ответ:

Депрессия — частое осложнение инсульта. Оно связано с нарушением работы головного мозга. Если у человека несколько дней плохое настроение и снижена мотивация, то лучше проконсультироваться с врачом-психотерапевтом или клиническим психологом.

Еще можно воспользоваться шкалой HADS – это самый простой и доступный предварительный тест на наличие депрессии и тревоги. Если тест покажет риски, тогда уже точно нужно приглашать специалиста. Затягивать не стоит, так как депрессия быстро прогрессирует.

Если вам или вашему близкому нужна поддержка специалистов, [оставьте заявку на бесплатные психологические консультации](https://orbifond.ru/psychology/).

Их проводят опытные психологи, у которых есть большой опыт работы с людьми, перенесшими инсульт, и их родственниками.

Запросы:

Устал ухаживать

Ответ:

Инсульт – заболевание, которое затрагивает всю семью. На близких тоже ложится бремя ухода и поддержки.

Не бойтесь просить помощи: у врачей, друзей, родственников и психологов. Важно восстанавливать свои моральные и физические силы.

Если вам или вашему близкому нужна поддержка специалистов, [оставьте заявку на бесплатные психологические консультации](https://orbifond.ru/psychology/).

Их проводят опытные психологи, у которых есть большой опыт работы с людьми, перенесшими инсульт, и их родственниками.

Запросы:

Тяжело общаться после инсульта

Злиться после инсульта

Не хочет делать упражнения

Отказывает от реабилитации

Агрессия после инсульта

Как общаться после инсульта

Ответ:

Иногда после серьезной болезни, психика может немного регрессировать. В таком случае рядом ему нужен человек, который находится в менее уязвимой позиции.

Ухаживающему близкому приходится быть более устойчивым, чтобы помочь человеку после инсульта справиться с его эмоциями. Например, гневом и агрессией, которые часто возникают из-за отказа принять новое состояние.

Если ваш близкий испытывает злость, надо набраться сил и терпения. Гнев и отрицание — это одни из стадий на пути к принятию ситуации. Хорошо, что человек их проходит. В этот момент вы можете поддержать близкого, проговаривая его эмоции: «я понимаю, что ты расстроился», «я вижу, что ты сильно злишься».

Внутри человека, который пережил инсульт, кипят разные чувства. Важно, чтобы человек почувствовал себя понятым и принятым.

Как поддержать близкого, [рассказываем здесь](https://orbifond.ru/about-stroke/communication-after-stroke/).

Если вам или вашему близкому нужна поддержка специалистов, [оставьте заявку на бесплатные психологические консультации](https://orbifond.ru/psychology/).

Их проводят опытные психологи, у которых есть большой опыт работы с людьми, перенесшими инсульт, и их родственниками.

Запросы:

Как подать заявку на помощь

Как получить помощь фонда

Мне нужна реабилитация

Маме нужна реабилитация

Папе нужна реабилитация

Мужу нужна реабилитация

Жене нужна реабилитация

Сыну нужна реабилитация

Дочери нужна реабилитация

Брату нужна реабилитация

Сестре нужна реабилитация

Ответ:

Адресная помощь фонда ОРБИ — это единоразовая оплата курса восстановления после инсульта, который гражданин РФ может пройти в реабилитационном центре на территории России. Помощь не выдается на руки и может быть перечислена только на расчетный счет центра, в котором будет восстанавливаться наш подопечный.

Все заявки на адресную помощь проходят экспертную комиссию фонда, которая позволяет убедиться, что финансовая поддержка будет оказана наиболее нуждающимся в ней людям.

[Узнать больше про адресную помощь и подать заявку](https://orbifond.ru/gethelp/).

Запросы:

Мне нужна помощь ОРБИ

Как получить помощь фонда?

Как фонд может мне помочь

Как обратиться в фонд?

Ответ:

У фонда ОРБИ есть несколько программ:

* Если вам или вашему близкому нужна реабилитация после инсульта и вы хотите обратиться за помощью фонда, вся информация [собрана здесь](https://orbifond.ru/gethelp/).
* Если вам или вашему близкому нужна психологическая поддержка, [оставьте заявку на бесплатные консультации](https://orbifond.ru/psychology/).
* Ответы на разные вопросы, связанные с инсультом, вы можете поискать в [материалах](https://orbifond.ru/about-strokes/) на сайте фонда. Или позвоните на бесплатную горячую линию по инсульту 8 800 707 52 29.

Запросы:

Как сделать пожертвование

Хочу пожертвовать

Как пожертвовать

Как помочь фонду

Как я могу помочь

Ответ:

Большое спасибо, что помогаете фонду ОРБИ и людям, которые борются с последствиями инсульта!

Вы можете [сделать пожертвование здесь](https://orbifond.ru/campaign/podderzhivaya-fond-orbi-vy-spasaete-zhizni/).

Или выбрать [другие способы помочь](https://orbifond.ru/kak-pomoch/).

Запросы:

Хочу стать волонтером

Вам нужны волонтеры

Как стать волонтером

Ответ:

Большое спасибо, что помогаете фонду ОРБИ и людям, которые борются с последствиями инсульта!

Вы можете открыть волонтерский сбор в пользу наших подопечных, например, в день рождения или по другому поводу. [Как открыть сбор.](https://orbifond.ru/sobytie-v-polzu-orbi/)

Если у вас есть вопросы или вы хотите помочь как-то еще, напишите нашему комьюнити-менеджеру Екатерине Дубыниной: edubynina@orbifond.ru