

# **ИНСУЛЬТ И ДИНАМИЧЕСКОЕ НАРУШЕНИЕ МОЗГОВОГО КРОВООБРАЩЕНИЯ.**

**Полезная информация.**

## **Введение.**

Introduction

Настоящая информация предназначена как для лиц, перенесших инсульт (апоплексический удар) или динамическое нарушение мозгового кровообращения (ДНМК), так и для ухаживающих за ними родных и близких. Мы попытаемся дать ответы на некоторые часто задаваемые вопросы, связанные с инсультом и его лечением. Нет на свете двух человек, на которых инсульт подействовал бы абсолютно одинаково. В настоящем документе содержится информация общего характера, которая ни в коем случае не заменяет важных конкретных советов Вашего лечащего врача и других медицинских работников.

## **Что такое инсульт и ДНМК?**

What is Stroke or a TIA?

Инсульт представляет собой тип травмы головного мозга, которая происходит в результате внезапного нарушения процесса подачи крови к головному мозгу. Прекращение питания мозга кислородом и прочими нутриентами приводит к повреждению или отмиранию клеток головного мозга. Когда клетки головного мозга погибают, человек теряет способность выполнять те физиологические функции, которые обычно управляются этими клетками. Инсульты бывают разной тяжести – от ДНМК, когда состояние больного улучшается в течение нескольких часов, до тяжелых форм, когда инсульт может стать причиной постоянной инвалидности или повлечь смерть больного.

Существует два типа инсульта:

## **1. ИШЕМИЧЕСКИЙ ИНСУЛЬТ (церебральный инфаркт).**

ISCHAEMIC STROKE (Infarction)

**Ишемический инсульт** является результатом закупорки кровеносного сосуда головного мозга и представляет собой наиболее часто встречающийся тип инсульта. Ишемические инсульты бывают **тромботические** и **эмболические**.

**Тромботический** инсульт происходит в результате образования в кровеносном сосуде тромба, который, увеличиваясь в размерах, полностью закупоривает сосуд.

**Эмболический** инсульт происходит в результате попадания в головной мозг тромба, образованного в других органах (чаще всего в сердце или широких шейных артериях).

**Динамическое нарушение мозгового кровообращения (ДНМК)** представляет собой одну из форм ишемического инсульта, которую часто называют 'мини' инсультом. ДНМК часто служит сигналом возможности наступления инсульта в самое скорое время. Несмотря на то, что симптомы ДНМК могут исчезнуть довольно быстро, необходимо безотлагательное лечение для снижения вероятности инсульта.

## **2. ГЕМОРРАГИЧЕСКИЙ ИНСУЛЬТ.**

HAEMORRHAGIC STROKE

**Геморрагический инсульт** является результатом разрыва стенки кровеносного сосуда головного мозга и кровоизлияния в окружающие ткани головного мозга, вследствие чего происходит поражение клеток, расположенных в непосредственной близости к месту разрыва сосуда.

## КАК Я МОГУ РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ?

How Do I Know I am Having a Stroke?

Первыми признаками инсульта и ДНМК могут служить один или несколько следующих симптомов:

- ❖ слабость или паралич мышц лица, руки или ноги;
- ❖ нарушение баланса и/или координации движений;
- ❖ затруднения артикуляции или восприятия речи;
- ❖ затруднения при глотании;
- ❖ ухудшение зрения (помутнение, двоение или полная потеря);
- ❖ онемение или потеря чувствительности на одной стороне тела.

**При инсульте необходима экстренная медицинская помощь. Ни в коем случае нельзя игнорировать любые признаки инсульта. Следует без промедления вызвать скорую помощь. Неотложная медицинская помощь, оказанная вскоре после появления первых признаков инсульта, способна смягчить последствия перенесенного инсульта и увеличивает шансы выживания.**

## В чем заключается лечение больных, перенесших инсульт?

What Treatment Might I Have After a Stroke?

Лечение больных, перенесших инсульт, **может** включать в себя следующие мероприятия:

- ❖ Определение **типа инсульта**, а также выявление очагов и серьезности поражения (постановка диагноза).
- ❖ Срочное проведение **сканирования** головного мозга для уточнения диагноза.
- ❖ Введение лекарственных препаратов, способствующих растворению сгустка крови (тромболизис). Следует отметить, что тромболизис выполняется не во всех больницах. Более того, даже в тех больницах,

где он выполняется, тромболизис можно применить лишь к небольшой группе пациентов, т.к. этот вид лечения эффективен только в том случае, если оно началось не позже определенного ограниченного времени с момента начала инсульта.

- ❖ Проведение **ультразвукового исследования** сосудов шеи и сердца.
- ❖ Проведение **анализа крови** для определения уровня сахара и холестерина.
- ❖ Назначение **лекарств**, понижающих кровяное давление и уровень холестерина, а также таблеток, понижающих риск образования кровяных сгустков (тромбов).
- ❖ В некоторых случаях для восстановления мозгового кровообращения необходима операция или хирургическое лечение. При необходимости, Вы сможете обсудить это со своим лечащим врачом.
- ❖ **Профилактика** или лечение сопутствующих заболеваний и осложнений с целью предотвращения повторных нарушений мозгового кровообращения.

## **Каковы последствия инсульта?**

### **How Does Stroke Affect People?**

Последствия инсульта могут быть самыми разнообразными. Они напрямую зависят от того, в какой части головного мозга произошла катастрофа, насколько она серьезна и каково общее состояние здоровья больного. Именно поэтому трудно предугадать, какие функции головного мозга восстановятся, и как долго больной будет находиться в больнице.

Квалифицированный медперсонал больницы сможет определить последствия инсульта у конкретного пациента и назначить самое подходящее лечение в данном случае. Кроме помощи докторов и медсестер, больным может потребоваться помощь логопеда,

физиотерапевта, специалиста по трудотерапии, диетолога и социального работника.

В результате перенесенного инсульта могут быть нарушены следующие функции:

### **Двигательные функции.**

Физиотерапевт определяет способность больного двигаться. Лечение зависит от того, насколько нарушены двигательные функции больного в результате инсульта, а также от активности жизни больного до инсульта. Физиотерапевт составляет план, который включает:

- ❖ выполнение укрепляющих упражнений для максимального восстановления двигательных функций;
- ❖ подбор индивидуального комплекса упражнений;
- ❖ подбор приспособлений для облегчения самообслуживания и бытовых навыков;
- ❖ обучение приемам безопасного передвижения.

Иногда в результате перенесенного инсульта возникают непривычные ощущения, боль, онемение и мышечные спазмы. Больные могут даже полностью перестать чувствовать одну сторону тела.

### **Функции глотания и приема пищи.**

Инсульт может вызвать нарушение функций акта глотания или приема пищи (дисфагия). После неотложного обследования больного, логопед рекомендует для него легко усвояемую пищу, в том числе пюре, размягченные продукты питания или загустевшие напитки.

При нарушении рефлекса глотания, на ранних стадиях заболевания бывает небезопасным прямое кормление больного, поэтому иногда временно

приходится кормить больного через трубку. В этом случае логопед внимательно следит за процессом улучшения глотательного рефлекса больного.

### **Речевые функции.**

В результате перенесенного инсульта у больного может быть нарушена речевая функция – способность говорить, писать и понимать речь окружающих (афазия). У больного может наблюдаться:

- ❖ затруднения с произнесением слов или звуков;
- ❖ затруднения с подбором нужного слова, как в устной, так и письменной речи;
- ❖ затруднения с пониманием устной и письменной речи;
- ❖ неразборчивое произношение (дизартрия).

Степень нарушения способностей больного говорить, читать и писать в результате перенесенного инсульта должна быть тщательно определена логопедом. Если источник проблемы установлен, для больного разрабатывается индивидуальная программа реабилитации. При необходимости, при выписке из больницы больному дают направление в соответствующую специализированную службу.

### **Функции мочевого пузыря и кишечника.**

В первые недели после перенесенного инсульта у больных часто наблюдается недержание мочи и кала. Если эти проблемы продолжаются после выписки из больницы, следует обратиться за рекомендацией в больницу, к своему лечащему врачу или к специалисту по регулированию функции мочевого пузыря и кишечника.

## **Чувственное восприятие.**

Последствием перенесенного инсульта могут стать всевозможные изменения чувственного восприятия, которые, как и некоторые другие последствия инсульта, могут полностью пройти спонтанно.

- ❖ Можно частично или полностью потерять зрение на одну сторону.
- ❖ Можно чувствовать боль или, наоборот, потерять чувствительность с одной стороны тела.
- ❖ Может быть нарушен слух, а также чувства вкуса и обоняния.

## **Эмоционально-психологические последствия.**

У большинства больных с последствиями инсульта часто наблюдаются проблемы с:

- |                     |                       |
|---------------------|-----------------------|
| ❖ мышлением         | ❖ составлением планов |
| ❖ концентрацией     | ❖ мотивировкой        |
| ❖ запоминанием      | ❖ эмоциональностью    |
| ❖ принятием решений | ❖ учебой              |
| ❖ настроением       | ❖ активностью         |

Депрессия и/или чувство боязни также часто наблюдаются в постинсультный период. Эти синдромы могут пройти через некоторое время без медикаментозного лечения. Тем не менее, в тяжелых или продолжительных случаях больному может потребоваться помощь специалиста.

## **Возвращение к нормальному образу жизни.**

**Getting back to normal life**

Нет ничего необычного в том, что после инсульта больные испытывают некоторые трудности в повседневной жизни. Это относится к одеванию, приготовлению пищи, посещению магазинов с целью покупок, выполнению работы или занятиям любимым делом. Специалист по трудотерапии может:

- ❖ рассказать, что необходимо делать для избежания опасных ситуаций;
- ❖ научить пользоваться специальным оборудованием;
- ❖ помочь с установкой в доме технических приспособлений для облегчения скорейшего возврата к ведению нормального образа жизни.

## **Что такое реабилитация?**

**What about Rehabilitation?**

Период реабилитации зависит от степени тяжести перенесенного инсульта. Решение о направлении больного в реабилитационное отделение принимается специалистом по реабилитации с учетом прогноза восстановления утраченных функций в каждом индивидуальном случае.



## **Можно ли управлять автомобилем после перенесенного инсульта?**

### **Can I Drive After a Stroke?**

Инсульт может повлиять на способность человека управлять автотранспортным средством. Специалист по трудотерапии даст больному рекомендации, следуя которым можно обеспечить безопасную езду. Способность управлять автомобилем в постинсультный период удостоверяется разрешением лечащего врача, и допуском, выдаваемым государственным управлением, ответственным за аттестацию водителей. **Невыполнение данного требования может привести к тому, что, в случае дорожно-транспортного происшествия, страховка может быть признана недействительной.**

## **Профилактика повторного инсульта и ДНМК.**

### **How do I Prevent Further Stroke or TIA?**

Вероятность инсульта преследует многих людей, т.к. существует целая группа факторов риска. К сожалению, некоторые из этих факторов риска не поддаются нашему контролю.

- ❖ Инсульт может поразить человека в любом **возрасте**. Тем не менее, известно, что вероятность поражения инсультом у пожилых выше, чем у молодых.
- ❖ Инсульт поражает людей **обоих полов**. У мужчин вероятность поражения несколько выше, хотя чаще инсульт происходит у женщин. Это связано с тем, что у женщин продолжительность жизни выше, чем у мужчин.
- ❖ Случаи заболевания инсультом или ДНМК в **семье** увеличивают вероятность инсульта.

- ❖ Лица, **перенесшие инсульт или ДНМК**, имеют больше шансов быть пораженными повторным инсультом.

Некоторые факторы риска могут быть сведены к минимуму или даже устранены в результате смены образа жизни и/или при помощи лечения. Это может быть достигнуто следующим образом:

- ❖ Необходимо придерживаться рекомендаций по **здоровому образу жизни** (включая соблюдение диеты, контроль массы тела, регулярные физические нагрузки, отказ от курения, уменьшение употребления алкоголя и соли).
- ❖ Постоянно держать **кровяное артериальное давление** в рекомендованных врачом рамках. Для этого иногда необходимо принимать лекарства.
- ❖ Больные, страдающие **диабетом**, должны держать под контролем уровень сахара.
- ❖ Следует принимать лекарства, снижающие вероятность образования тромбов и контролирующие **нерегулярные сердечные сокращения**.
- ❖ Необходимо принимать лекарства, способствующие снижению уровня **холестерина** в крови.

Для избежания повторного инсульта чрезвычайно важно ни на день не прекращать эти мероприятия. Никогда не останавливайте прием лекарств без предварительного согласования с лечащим врачом.

## **Группы поддержки.**

### **Support Groups**

Инсульт не только поражает больного, но и сказывается на его родственниках, друзьях и тех, кто осуществляет за больным уход. Дополнительную информацию и поддержку на некоторых языках австралийских этнических общин можно получить, обратившись в указанные ниже организации.

### **Мультикультурная программа поддержки лиц, осуществляющих уход за больными**

**Multicultural Carers Support Program**

*Телефон: (02) 95670933*

### **Ассоциация постинсультной реконвалесценции**

**Stroke Recovery Association**

*Телефон: (02) 9550 0594*