

Здоровье

«Вовремя обращаются к врачам не более 30 % пациентов». Как предупредить и распознать инсульт, рассказал в эфире программы «В городе М» на «Радио-Минск» заведующий отделом неврологии и нейрохирургии Минского научно-практического центра хирургии, трансплантологии и гематологии Сергей Марченко

Ольга ГРИГОРЬЕВА

«Дорога каждая минута»

— Сергей Вадимович, насколько велик риск развития инсульта у жителей нашей страны и как часто от этой болезни умирают?

— В Беларуси примерно четверть населения страдает артериальной гипертензией. И каждый из этих людей находится в зоне риска развития инсульта. В 2022 году в республике зарегистрированы почти 40 тысяч случаев этого заболевания. В статистику вошли те, кто получил лечение в стационарах. В реальности же таких людей больше, так как далеко не все соглашаются ехать в больницу.

К сожалению, каждый пятый, перенесший инсульт, в течение года умирает. Также очень многие из тех, кто выжил, становятся инвалидами I, II группы.

При инсульте дорога каждая минута. Если человек попадет в руки врачей в период «терапевтического окна» (подрабатывается 4,5 часа от момента начала приступа, чтобы успеть довести пациента до больницы, экстренно обследовать и начать лечение. — Прим. авт.), то ему можно оказать современную эффективную помощь, что позволит минимизировать последствия инсульта или полностью их исключить. Но, увы, по статистике, вовремя обращаются не более 30 % пациентов.

— Что значит «вовремя»? Как человеку, далекому от медицины, понять, что счет идет на минуты? Расскажете о симптомах, указывающих на инсульт.

— Основные признаки: нарушение речи, слабость в руке или ноге, асимметрия лица. При попытке улыбнуться человек делает это криво, а, пытаясь сказать предложение, говорит нечетко. Он не может поднять руку или ногу либо конечность не удерживается в заданном положении из-за слабости. Как уже сказал, при инсульте счет идет на минуты, и нам, врачам, даны несколько часов, чтобы вовремя начать лечение. Поэтому чем быстрее он окажется в медицинском учреждении, тем меньше клеток мозга погибнет и выше шансы на успешное лечение и выздоровление.

При инсульте категорически нельзя думать, что само пройдет. Не следует ложиться спать, принимать лекарства до приезда медиков. Необходимо вызвать скорую! Далее надо принять горизонтальное положение, освободить шею, чтобы ничего не жало, и ждать медицинских работников.



Икру́гом голова

Основные признаки инсульта: нарушение речи, слабость в руке или ноге, перекос лица.

— Инсульт может пройти без последствий?

— Внешне такое возможно. Но, наверное, перенес такую тяжелую болезнь, человек все-таки получает психологическую травму. Поэтому сказать, что инсульт пройдет бесследно, я не могу.

«Микроинсульт? Такого термина нет»

— Микроинсульт существует? Или врачи несколько иначе называют такое состояние?

— Инсульты бывают разной степени тяжести. Расхожее понятие «микроинсульт» мне не нравится потому, что оно подразумевает какую-то пустяковую проблему. Однако это не так. Даже небольших размеров инсульт (вероятно, имеют в виду именно это, когда говорят «микроинсульт») в жизненно важном участке мозга может вызвать серьезные проблемы. А микроинсульт? Такого термина в международной классификации болезней нет.

— Какой диагноз в таком случае пишут в амбулаторной карте больного?

— Либо инфаркт мозга (ишемический инсульт), либо

геморрагический инсульт (внутричерепное кровоизлияние).

«К сожалению, мы мало двигаемся»

— У белорусов в связи с климатом и образом жизни велика предрасположенность к инсульту? Или во всем мире страдают этим недугом?

— К сожалению, заболеваемость инсультом в странах постсоветского пространства примерно в три раза больше, чем в государствах с высоко развитой экономикой.

— Где взаимосвязь?

— Она на самом деле прослеживается. Чем лучше в стране развита экономика, тем больше внимания граждане уделяют здоровью. Инсульт — вторичное заболевание. Поэтому люди, не контролируемые хронические болезни, которые могут привести к инсульту, находятся в зоне риска. Говорю об артериальной гипертензии. Гипертоникам надо постоянно следить за своим давлением, ежедневно его измерять и принимать лекарства. В зоне риска — пациенты с нарушениями сердечного ритма. Эта и другие кардиологические проблемы могут привести к повышенному риску образования тромбов и, как следствие, к инсультам. Таким людям следует каждый день принимать препараты, назначенные лечащим врачом. Далее сахарный диабет — серьезнейшая болезнь, убийца сосудов. Поэтому для профилактики инсультов диабетикам, помимо соблюдения диеты, жизненно важно контроли-

ровать уровень сахара в крови. Кроме того, повышенный уровень холестерина приводит к образованию атеросклеротических бляшек, которые могут оторваться, закрыть просвет в сосуде. Со всеми вытекающими последствиями. Но немало зависит и от самого человека.

— Это вы о стрессах?

— Скорее о лишнем весе. Но и о стрессе в том числе — его же заедают... Нам важна ежедневная физическая активность. К сожалению, мы мало двигаемся. К тому же курение. Это очень серьезный фактор риска развития инсульта — вредная привычка способствует тромбообразованию. Злоупотребление алкоголем тоже ничего хорошего для сосудов.

— Любое курение губит сосуды? Или модные легкие «штучки», которые появились недавно, не особо вредят?

— Не стоит себя обнадёживать — любое курение уничтожает сосуды.

— Какую диету любят сосу-дуды?

— Ограниченную по жирным сортам мяса, больше фруктов и овощей, меньше сладкого и соленого.

«Инсульт случается и у 15-летних»

— Для гипотоников характерно пониженное артериальное давление. В таком случае риск развития инсульта минимален?

— Увы, нет. У таких людей отсутствует всего лишь один фактор риска — повышен-

ное давление, а остальные могут присутствовать. Нельзя их сбрасывать со счетов.

— В случае с инсультами прослеживается наследственность?

— Генетически передается не сам инсульт, а заболевания, приводящие к нему. Поэтому всем желательно вспомнить, что годы идут, и диспансеризацию надо проходить обязательно, особенно если есть наследственные предпосылки к развитию диабета, гипертонии и других болезней. Отмечу, что для каждого возраста есть своя программа обследований, и чем старше человек, тем она обширнее.

— Инсульты молодеют?

— Болеют и молодежь, и дети, но последние, слава богу, редко. Возможности диагностики увеличились, поэтому выявляем заболевание чаще. В прошлом году спасли 15-летнюю девушку — она вовремя обратилась, ей смогли помочь, она полностью восстановилась.

— Прием оральных контрацептивов — один из факторов тромбообразования и, соответственно, риск развития инсультов?

— Взаимосвязь есть, и об этом знают акушеры-гинекологи, которые назначают противозачаточные. Вместе с тем риск развития инсульта возрастает при очень длительной гормональной терапии. Редко бывает, чтобы женщина принимала эти препараты недолго, и у нее возникла проблема. В целом, пациентки молодого возраста, которые пили контрацептивы, к нам попадают нечасто.

Подавляющее большинство пациентов с инсультами — это гипертоники.

— Правда ли, что мужчины менее ответственно относятся к своему здоровью, чем женщины?

— Да, представители сильного пола чаще невнимательны к себе и считают, что они вечно молодые и здоровые. Но у нас (в отделениях МНПЦ хирургии, трансплантологии и гематологии, где лечат инсульты. — Прим. авт.) достаточно много мужчин трудоспособного возраста, а среди пациентов пенсионеров, особенно очень пожилых, больше женщин. И не потому, что они чаще болеют, просто мужчин меньше (они не доживают до таких лет по другим причинам. — Прим. авт.).

