**Смертельный удар**

Инсульт – одна из самых распространенных причин преждевременной смерти. В России от него каждый год погибает около 200 тысяч человек. Еще примерно 200 тысяч становятся инвалидами. Из них только 8% возвращаются к нормальной жизни.

Инсульт относится к неинфекционным заболеваниям и означает повреждение сосудов головного мозга. Долгое время его определяли словом «апоплексия» - в переводе с латинского «удар». Фактически это и есть удар по сосудам головного мозга.

Если не брать инсульты, полученные в результате травм или спровоцированные какими-либо врожденными заболеваниями или генетическими отклонениями, то их можно разделить на три группы – ишемический, геморрагический и субарахноидальное кровоизлияние.

Нетравматическое субарахноидальное кровоизлияние бывает реже, но такой вид инсульта самый опасный – почти 50% случаев заканчиваются летальным исходом. И даже при ранней диагностике и своевременном адекватном лечении человек с большей долей вероятности на всю жизнь останется тяжелым инвалидом. Основной симптом – острая резкая головная боль по типу «удара по голове», часто с пульсацией в затылочной области, также бывают рвота, судороги, нарушение сознания.

Геморрагический инсульт, или кровоизлияние в мозг, приводит к смерти в 40% случаев. Симптомы – жар, головная боль, нарушение зрения – можно даже не успеть заметить, т.к. инсульт развивается быстро, обычно в дневное время суток. Причинами его может быть, как банальное перенапряжение, так и гипертония, атеросклероз и другие сердечно-сосудистые заболевания, а в молодом возрасте – кокаиновая наркомания.

Ишемический инсульт, или инфаркт мозга – самый распространенный. Чтобы его распознать, достаточно запомнить слово «асимметрия», т.к. поражается участок мозга, отвечающий за двигательную функцию правой или левой части организма. Человек не может поднять одновременно обе руки-ноги или улыбается одним уголком рта. Кроме того, у него может быть спутанная речь, или он вообще теряет возможность реагировать на обращения к нему.

По факторам риска, приводящим к развитию ишемического инсульта до наступления старости, относятся артериальная гипертензия, гиперхолестеринемия, курение и сахарный диабет. Все эти факторы часто зависят от самого человека: чтобы их предупредить, нужно не курить, правильно питаться и быть физически активным. Что значит – соблюдать здоровый образ жизни.