

ИНСУЛЬТ... ПРИЧИНЫ, СИМПТОМЫ, ПРОФИЛАКТИКА

Инсульт занимает одно из "почетных" мест среди заболеваний, приводящих к инвалидности. Последние данные свидетельствуют о неуклонном росте инсультов среди неинфекционных заболеваний.



Так, в России ежегодно регистрируется до 400 тыс. случаев инсультов. Среди перенесших инсульт около трети больных возвращаются к обычному труду и не нуждаются в посторонней помощи, а спустя 10-12 лет около 32% выживших имеют ту или иную степень инвалидности, что говорит о неуклонном прогрессировании заболевания. Можно ли предотвратить возникновение этого заболевания и как это сделать? Именно об этом и пойдет речь.

Работающий мозг потребляет значительно больше кислорода, чем другие органы человека. Составляя 2-3% общего веса, мозг поглощает в состоянии покоя до 20% кислорода, потребляемого всем организмом.

Необходимо помнить, что мозг постоянно работает. Даже во время сна он выполняет большую работу по сортировке всей информации, поступившей за прошедший день, "отбрасывая" ненужные данные. Недаром говорят, что "утро вечера мудренее". Головной мозг имеет много защитных механизмов для поддержания нормальной деятельности. Но даже такая совершенная система регуляции кровотока, как в головном мозге, может ломаться. К такой поломке приводят различные заболевания.

В первую очередь, это артериальная гипертензия, т.е. повышенное артериальное давление. На втором месте стоит атеросклероз (заболевание артерий, при котором в их стенке начинают откладываться жироподобные вещества, основное из которых - холестерин). Атеросклероз приводит к возникновению бляшек, которые начинают перекрывать просвет сосуда, в результате чего резко снижается кровоток. Кроме того, к причинам, вызывающим нарушение мозгового кровообращения приводят некоторые заболевания сердца (например, фибрилляция предсердий, эндокардиты), а также крови (при повышении свертывающих свойств крови).

Таким образом, при нарушении кровотока по мозговым сосудам возникает заболевание, которое неврологи называют инсультом. В переводе с латинского языка слово "инсульт" означает "наскок", и это не случайно, т.к. при прекращении кровотока очень быстро возникают клинические симптомы. Так, через 1,5-2 минуты после прекращения поступления крови возникает потеря сознания.



Если обескровливание продолжается до 3 минут, то возникают структурные нарушения клеток. Через 6 минут наступают необратимые изменения и их гибель. Помимо термина "инсульт" используются такие понятия, как "мозговой удар" или "катастрофа мозга".

Выделяют два **основных вида** инсульта: *геморрагический* (или кровоизлияние, "апоплексический удар") и *ишемический*, или инфаркт мозга. Кроме того, инсульт делят на "большой" и "малый", при котором клинические симптомы проходят в течение 3-х недель. Существуют определенные **предикторы (предвестники) инсульта**. Артериальная гипертензия является главной причиной геморрагических инсультов. Особенно опасны гипертензивные кризы. Возникновение инсульта у больного артериальной гипертензией является маркером плохого ее лечения.

Геморрагический инсульт чаще всего возникает на фоне гипертензивного криза. При артериальной гипертензии без кризового течения происходит поражение микрососудов, которые обеспечивают питательными веществами глубокие структуры мозга, белое вещество.



Следовательно, необходимо осуществлять контроль артериального давления, его повышение более чем 139/89 мм рт.ст. должно заставить обратиться к врачу для выяснения причины подъема артериального давления и подбора адекватного лечения.

Атеросклероз - это "чума" 20 века. Неправильное, нерациональное питание, малоподвижность, стрессовые ситуации - все это приводит к возникновению атеросклероза. Атеросклероз - это заболевание, которое поражает магистральные (крупные) сосуды. При этом происходит отложение холестерина в стенке сосуда, в результате чего возникает атеросклеротическая бляшка, суживающая просвет сосуда. Это приводит к тому, что значительно падает кровоток по пораженному сосуду, причем степень снижения кровотока, как правило, пропорциональна степени стеноза (сужения) сосуда. Часто атеросклеротические бляшки могут разрушаться, в результате чего образуется дефект в покрышке этой бляшки.

К такому дефекту начинают "приклеиваться" тромбоциты - кровяные пластинки, образуются тромбы. При отрыве тромба или части тромба (тромбоэмболии), последний также закупоривает просвет сосуда, в результате чего прекращается кровоток. Таковы причины возникновения нарушений кровотока при атеросклерозе.

Существуют четкие **маркеры атеросклероза** - это уровень холестерина в крови,

Кроме того, к возникновению сосудистых нарушений могут привести такие заболевания как **сахарный диабет**. Причин возникновения данного заболевания множество.

Помимо указанных заболеваний риск возникновения сосудистой патологии мозга увеличивают следующие **факторы риска: курение, наркомания, малоподвижный образ жизни (гиподинамия).**

Таким образом, инсульт является не только медицинской проблемой, но также социальной и бытовой.