

Меры предосторожности после инсульта

- Алкоголь после инсульта запрещен минимум на год, в дальнейшем от него стоит отказаться или существенно снизить его потребление.
- Курение после инсульта стоит забыть навсегда. Оно губительно действует на стенки сосудов, вызывает спазм сосудов, повышает склонность к образованию тромбов, значительно увеличивает риск развития атеросклероза.
- После инсульта нельзя загорать, находиться длительное время на солнце. Можно сидеть в бане, но нельзя париться и пребывать там долго.
- Для восстановления после инсульта организму необходимы овощи, фрукты, зелень, морепродукты, натуральные приправы.



Методы реабилитации после инсульта

Постинсультную реабилитацию подразделяют на четыре основных направления:

Восстановление двигательной системы.

Сюда относятся массаж, кинезиотерапия, лечебная физкультура, восстановление навыка ходьбы, физиотерапия.

Восстановление речи и памяти. В

рамках данного направления с больным работает логопед, который при помощи специальных упражнений возвращает пациенту способность вынятно разговаривать.

Восстановление тазовых функций.

Поскольку у некоторых больных после инсульта наблюдаются недержание мочи и проблемы со стулом, врач-реабилитолог назначает лекарства и физиотерапевтические процедуры.

Психологическое восстановление

подразумевает консультацию с психологом, а также мероприятия, направленные на социализацию пациента. Людям, перенесшим инсульт, — особенно в пожилом возрасте — важно не оставаться в одиночестве, общаться с

Памятка по правилам реабилитации после инсульта



Инсульт - острое нарушение кровообращения головного мозга, характеризующееся внезапным (в течение нескольких минут, часов) появлением очаговой или общемозговой неврологической симптоматики, которая сохраняется более 24 часов или приводит к смерти больного.

Существует три основных вида инсульта - **ишемический инсульт, внутримозговое и субарахноидальное кровоизлияние.**

1. **Ишемический инсульт** - нарушение мозгового кровообращения с повреждением ткани мозга, нарушением его функций вследствие затруднения или прекращения поступления крови к тому или иному отделу. Характерно развитие заболевания в ночное время без потери сознания.
2. **Внутримозговое кровоизлияние** - кровоизлияние в вещество головного мозга, обусловленное разрывом патологически изменённых стенок церебральных сосудов или диспеплезом.
3. **Субарахноидальное кровоизлияние** в субарахноидальное пространство (полость между паутинной и мягкой мозговыми оболочками). Может произойти спонтанно, обычно вследствие разрыва артериальной аневризмы, или в результате черепно-мозговой травмы.

Симптомы появления инсульта

Симптомы развиваются достаточно быстро. Наиболее типичные из них — **нарушения речи, походки, координации движений, слабость мышц и падения.** Нарушения двигательной сферы соответствуют области поражения головного мозга, которая погибла в связи с закупоркой конкретной артерии.

Помимо типичных симптомов, характерных для инсульта, иногда наблюдаются неспецифические симптомы: **внезапно возникшая резкая головная боль, тошнота, рвота, головокружение.**

80% людей, перенесших инсульт, становятся инвалидами, которым той или иной степени необходимо соответствующий уход!!!



Реабилитация после инсульта

Правильно выстроенная реабилитация может заставить соседние участки головного мозга принять на себя функции погибших клеток. Для этого нужно правильно подобрать двигательный режим, лекарственную терапию, использовать логопедические и нейропсихологические подходы. Нейрореабилитация — это очень сложная и дорогостоящая командная работа. Около 90% больных ишемическим инсультом добиваются больших успехов уже после нескольких месяцев грамотной выстроенной реабилитации.

