**ГОЛОВНІ ФАКТОРИ РИЗИКУ ІНСУЛЬТУ**

* Високий тиск
* Паління
* Цукровий діабет
* Хвороби серця
* Вік (після 55 років, ризик отримати інсульт подвоюється кожних десять років)
* Стать (жінки отримують інсульт частіше, ніж чоловіки)
* Попередній інсульт або мікроінсульт, або члени сім’ї хворіли на інсульт (людина, яка перенесла один інсульт або мікроінсульт має ризик в 10 разів вищий отримати повторний інсульт)

**ІНШІ ФАКТОРИ РИЗИКУ**

* Вживання алкоголю та наркотиків
* Недостатня фізична активність
* Ожиріння
* Стрес та депресія
* Високий рівень холестерину
* Нездорова дієта

**ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ ОЗНАКИ ІНСУЛЬТУ**

Іноді інсульт може розвиватися поступово, але найчастіше він трапляється **РАПТОВО**, і супроводжується наступними ознаками:

* **ЗАТЕРПАННЯ** **або** **СЛАБКІСТЬ** обличчя, руки, або ноги – особливо на одній стороні тіла
* **ЗАТУМАНЕНИЙ РОЗУМ** **або** **ЛЮДИНІ ВАЖКО РОЗУМІТИ МОВУ**
* **ВАЖКО ГОВОРИТИ**
* **ПОГАНИЙ ЗІР** в одному або двох очах
* **ТЯЖКО ХОДИТИ**, головокружіння, втрата рівноваги або координації
* **СТРАШЕННИЙ ГОЛОВНИЙ БІЛЬ** без видимої причини

Якщо хтось переживає будь-які з поданих ознак – **терміново** зверніться до лікаря – навіть, якщо ознаки зникли.