

# 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.