Неделя борьбы с инсультом (в честь Всемирного дня борьбы с инсультом 29 октября)

* Симптомы инсульта:
	1. Головокружение, потеря равновесия и координации движения;
	2. Проблемы с речью;
	3. Онемение, слабость или паралич одной стороны тела;
	4. Потемнение в глазах, двоение предметов или их размытие;
	5. Внезапная сильная головная боль.
* Факторы риска:
	1. Пожилой возраст (особенно после 65 лет);
	2. Артериальная гипертензия увеличивает риск ишемического инсульта вдвое;
	3. Повышенный уровень холестерина в крови;
	4. Атеросклероз;
	5. Курение;
	6. Диабет;
	7. Перенесенные и существующие

заболевания сердца, особенно мерцательная аритмия, мерцательная аритмия и инфаркт миокарда.

Риск развития инсульта повышает наличие сопутствующих заболеваний, к которым относят гипертоническую болезнь, высокий уровень холестерина в крови, сахарный диабет, ожирение. Если подобрана адекватная терапия и пациент четко выполняет назначения врача, это минимизирует риски.

Отказ от досаливания готовой пищи, в том числе блюд в организациях общественного питания, а также ограничение потребления продуктов с высоким содержанием соли