



ФАСТ-ТЕСТ

КАК РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ

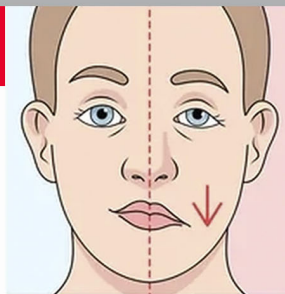


ИНСУЛЬТ - это острое нарушение кровообращения в головном мозге, при котором клетки мозга гибнут из-за нехватки кислорода и питания.

FAST - ТЕСТ (Face Arm Speech Time) - это аббревиатура для легкой и быстрой диагностики инсульта.

Ф (лицо опущено)

Чувство онемения или слабости на одной стороне лица. Человек может двигать лицом только на одной стороне.

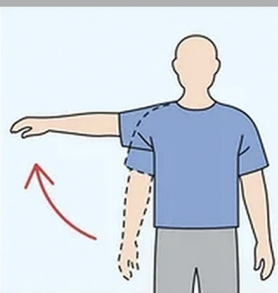


КОНТРОЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ:

Попросите человека улыбнуться. Если не получается — это тревожный сигнал.

А (слабость руки)

Ощущение слабости, тяжести во всей руке и ограничение ее подвижности.



КОНТРОЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ:

Попросите человека поднять обе руки — и вы заметите, что одна из них опускается. Это ещё один тревожный симптом.

С (нарушение речи)

Человек не может разговаривать или речь невнятная.



КОНТРОЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ:

Попросите человека произнести короткую фразу.

Т (время)

Если вы заметили у себя или окружающих хотя бы один из этих признаков,

НЕМЕДЛЕННО

ОБРАТИТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ!



ОЧЕНЬ ВАЖНО СВОЕВРЕМЕННО ОПРЕДЕЛИТЬ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА!

В человеческом мозге около 85 миллиардов нервных клеток. При инсульте каждую минуту безвозвратно погибает 2 миллиона из них.

ВРЕМЯ ИДЕТ НА МИНУТЫ!

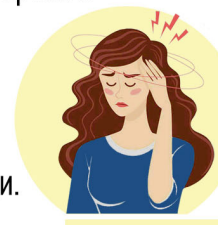
Поэтому знание **ФАСТ-теста** помогает за считанные секунды распознать опасные признаки инсульта в любых условиях и вовремя вызвать скорую помощь, пока у пациента не наступили необратимые изменения в головном мозге.



РАННЕЕ ВЫЯВЛЕНИЕ СИМПТОМОВ ИНСУЛЬТА С ПОМОЩЬЮ ТЕСТА FAST И СВОЕВРЕМЕННО НАЧАТОЕ ЛЕЧЕНИЕ УВЕЛИЧИВАЮТ ШАНСЫ НА ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ И СНИЖАЮТ РИСК ДОЛГОСРОЧНОЙ ИНВАЛИДНОСТИ.

ДРУГИЕ ПРИЗНАКИ ИНСУЛЬТА

- » Слабость или тяжесть в одной стороне тела (лицо, рука, нога).
- » Потеря баланса и координации.
- » Потеря зрения или нечеткое зрение.
- » Сильная головная боль.
- » Головокружение.
- » Тошнота и рвота.
- » Трудности при глотании пищи.
- » Потеря сознания.



ВАЖНО!
ИНСУЛЬТ МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ.
ПРОСТЫЕ ШАГИ СПАСАЮТ ЖИЗНЬ:

- » Контролируйте артериальное давление.
- » Откажитесь от курения и алкоголя.
- » Больше двигайтесь.
- » Следите за весом.
- » Правильно питайтесь.