

Коварство «тишины». Как минимизировать риск развития инсульта

Нарушение мозгового кровообращения может быть хроническим.

«Тихий» инсульт – предвестник развития острого нарушения мозгового кровообращения, поэтому так важно вовремя выявлять и корректировать факторы риска. Об этом мы говорим с главным неврологом министерства здравоохранения Свердловской области, врачом неврологического отделения для лечения больных с нарушениями мозгового кровообращения Свердловской областной клинической больницы №1 Андреем Смолкиным.

Инсульт – это сигнал

- Андрей Дмитриевич, симптомы инсульта, которые возникают внезапно, знают все. А что такое тихий инсульт? В этом словосочетании есть что-то коварное.

- Инсульт сам по себе коварен, потому что, действительно, он всегда возникает внезапно, это всегда остро развивающаяся симптоматика, которая в большинстве случаев инвалидизирует. Я часто говорю: инсульт не случается с одним человеком, он случается со всей семьёй, жизнь которой кардинально меняется. Тихий же инсульт – это те факторы риска, которые могут реализоваться в виде острого нарушения мозгового кровообращения. Видите ли, инсульт – это сигнал, который говорит: в организме что-то не так. И если раньше это как-то компенсировалось, то сейчас это «говорится» либо грубой, либо лёгкой неврологической симптоматикой, в зависимости от объёма повреждения вещества головного мозга.

- Какие факторы риска самые распространённые?

- Прежде всего, это артериальная гипертензия, которую зачастую человек не чувствует и поэтому давление не контролирует, и в результате у него может возникнуть инсульт. Одна из ведущих причин развития ишемического инсульта и так называемое нарушение ритма сердца (фибрилляция предсердий). Бывает, человек отмечает какие-то перебои, но не придаёт им значения. Между тем развивается неврологический дефицит (не работает рука, нога, нарушается речь). Причём на нарушение ритма сердца можно было бы воздействовать медикаментозной терапией, но, к сожалению, оно выявляется, когда уже дебютировала неврологическая симптоматика.

- Всегда ли инсульт проявляется явно?

- Как правило, да. Классические симптомы: нарушение речи, односторонняя слабость в конечностях, асимметрия лица, острое нарушение зрения, равновесия. При этом инсульт «не болит», в отличие, например, от инфаркта с его болевым синдромом, который заставляет человека обратиться за медицинской помощью. А при инсульте, даже если нарушается функция, скажем, не работает рука, человек...

- Решает: отлежусь.

- Именно! Или второй вариант: отлежал. Порой доходит до трагикомических случаев. Пожилая семейная пара, муж перестал разговаривать, поступает в больницу на третьи сутки. Спрашиваю супругу: «Вы знаете симптомы инсульта?» – «Конечно!» – «А почему раньше-то скорую не вызвали, как только речь пропала?». Отвечает: «А я думала, он на меня обиделся».

И подобные ситуации возникают часто именно с мужчинами, потому что представители сильного пола многое сдерживают в себе, стараются не проявлять эмоции, терпеть боль до последнего.

Между тем самое важное при появлении симптомов инсульта – как можно раньше вызывать скорую помощь, потому что мы можем провести реперфузионную терапию, то есть восстановить кровоток. И тем самым свести к минимуму неврологический дефицит, а то и вообще добиться того, что человек вернется к обычной повседневной жизни. Я уже не говорю о предотвращении летального исхода.

На чашах весов

- Если пациенты, бывает, не обращают внимания на явные симптомы инсульта, то уж «тихий» точно можно пропустить. Что делать, чтобы этого не произошло?

- Регулярно проходить диспансеризацию, в рамках которых проводится комплекс диагностических мероприятий, позволяющих выявить факторы риска. Это позволяет разработать тактику первичной профилактики, которая минимизирует риск развития сосудистого события. А самое банальное, но очень значимое – отказаться от курения, снизить вес, увеличить свою двигательную активность. Это доступно каждому! Главное – представить весы, где на одной из чаш наше здоровье, наша функциональная активность, наша возможность помочь родственникам, а на другой – вредные привычки, которые могут забрать у нас всё, что мы имеем. Думаю, выбор очевиден.

И потом... Мы сейчас говорим о профилактике острых событий. Но ведь те же факторы риска могут привести к хроническому нарушению мозгового кровообращения. То есть, скажем, постоянно повышенное артериальное давление приводит к тому, что спазмируются маленькие сосуды и развивается лейкоареоз. Он может проявляться нарушением памяти, внимания, головокружениями, общей слабостью... То есть пока, слава богу, в острый эпизод с грубым неврологическим дефицитом нарушение мозгового кровообращения не реализовалось, но это говорит о том, что появились его предвестники.

В чём коварство «тишины»? В том, что она может реализоваться в острый эпизод, который кардинально изменит жизнь человека. Немало семей лишились своих мужчин именно по этой причине. Поэтому остается только призвать быть внимательнее к себе и к здоровью своих близких, даже если они считают себя сильными и неуязвимыми.