**Памятка**

Инсульт (insulto – скачок, лат.) – острое нарушение мозгового кровообращения.

Каждые 1,5 минуты в России кто-то из наших соотечественников заболевает инсультом. В Тюменской области ежегодно происходит до 4500 инсультов. 80% из перенесших инсульт становятся глубокими инвалидами, если вовремя не была оказана помощь. Поэтому очень важно знать признаки инсульта, чтобы своевременно помочь и спасти пострадавшему жизнь. В запасе совсем немного времени - всего 4,5 часа.

Основные признаки инсульта, которые необходимо идентифицировать:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Действие** | **Признак инсульта** |
| 1. | Попросите пострадавшего **УЛЫБНУТЬСЯ** | *При улыбке рот перекошен* |
| 2. | Попросите **ЗАГОВОРИТЬ,**  выговорить простое предложение | *Не может внятно сказать свое имя* |
| 3. | Попросите **ПОДНЯТЬ** обе руки | *Человек не может поднять вверх одну или обе руки* |
| 4. | Попросите **ВЫСУНУТЬ** язык | *Язык кривой или неправильной формы и западает на одну или другую сторону* |

Если Вы отметили у человека проблему с каким-то из этих действий:

1. **немедленно вызывайте** скорую помощь;
2. уложите пострадавшего так, чтобы голова была приподнята (30°);
3. откройте окно (если это помещение), чтобы поступал свежий воздух;
4. снимите или расстегните стесняющую одежду.

Дорогие ребята, каждый из нас живет в семье, в обществе. У каждого из вас есть мамы и папы, бабушки и дедушки. Помогать близким - это наш общий долг.

Будьте внимательны друг к другу!