

ОСТАНОВИ ИНСУЛЬТ!



Комплексная программа
Свердловской области
«Здоровье уральцев»

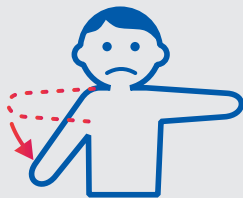
Если внезапно:



Перекосило
лицо



Нарушилась
речь

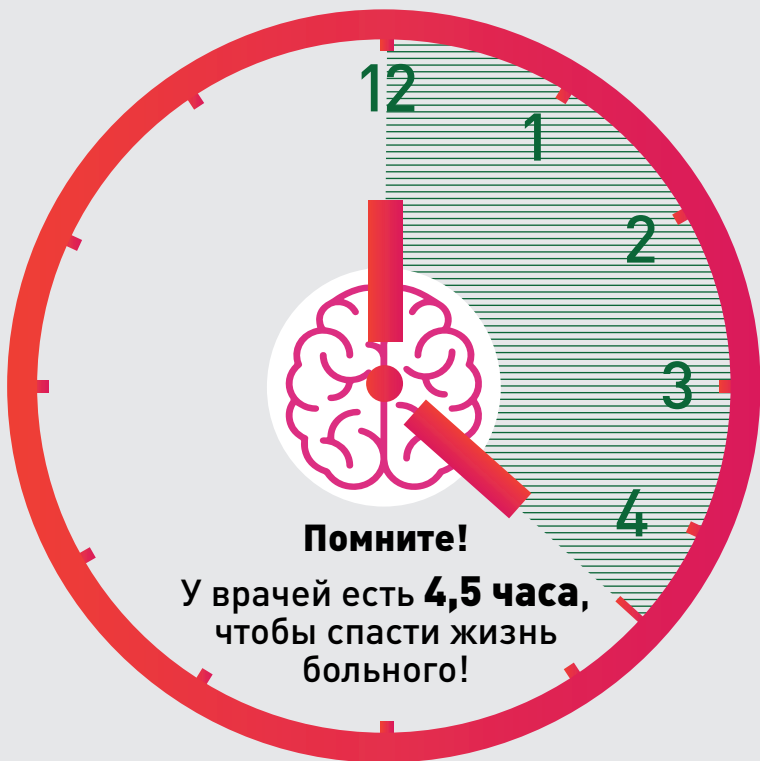


Возникла слабость
в руке или ноге

Это может быть инсульт!

СРОЧНО звоните  **103**

ВЫ МОЖЕТЕ СПАСТИ ЖИЗНЬ!



Министерство здравоохранения Свердловской области
Свердловский областной центр медицинской профилактики

ОСТАНОВИ ИНСУЛЬТ!



Комплексная программа
Свердловской области
«Здоровье уральцев»

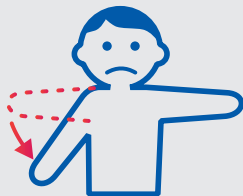
Уважаемые жители нашего города!
Если внезапно:



**Перекасило
лицо**



**Нарушилась
речь**

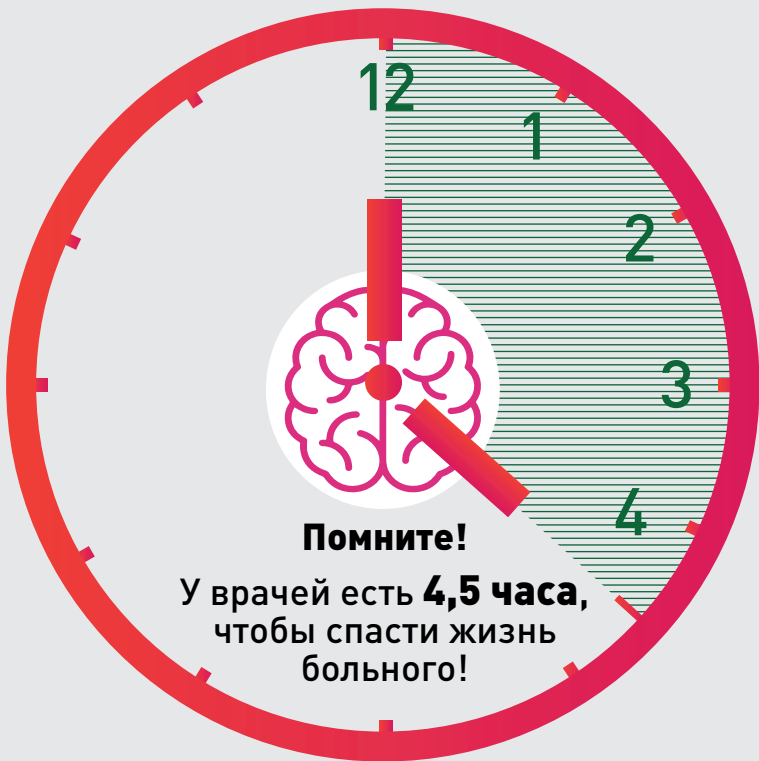


**Возникла слабость
в руке или ноге**

Это может быть инсульт!

СРОЧНО звоните  103

ВЫ МОЖЕТЕ СПАСТИ ЖИЗНЬ!



Помните!
У врачей есть **4,5 часа**,
чтобы спасти жизнь
больного!

С уважением, участковый врач

Министерство здравоохранения Свердловской области
Свердловский областной центр медицинской профилактики

ОСТАНОВИ ИНСУЛЬТ!

Комплексная программа Свердловской области
«Здоровье уральцев»

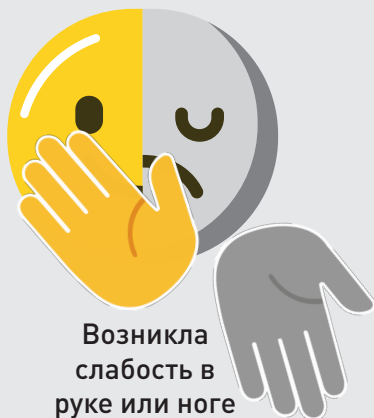
Если внезапно:



Перекосило лицо



Нарушилась речь



Возникла
слабость в
руке или ноге

СРОЧНО ЗВОНИТЕ



103

ЭТО МОЖЕТ БЫТЬ ИНСУЛЬТ!

Если внезапно:



перекосило
лицо



нарушилась
речь



возникла слабость
в руке или ноге

ЭТО МОЖЕТ БЫТЬ ИНСУЛЬТ!

СРОЧНО ЗВОНИТЕ



103

**ПОМНИТЕ! У ВРАЧЕЙ ЕСТЬ 4,5 ЧАСА,
ЧТОБЫ СПАСТИ ЖИЗНЬ БОЛЬНОГО!**

Факторы риска развития инсульта:

- Возраст: для мужчин – старше 55 лет, для женщин – старше 65 лет
- Курение
- Высокий уровень артериального давления и холестерина
- Наследственная предрасположенность
- Мерцательная аритмия, сахарный диабет

Инсульт можно предотвратить! Формула здоровья

- 0** сигарет
- 5** порций овощей и фруктов в день
- 10** минут тишины и покоя в день
- 25** индекс массы тела < 25 кг/м²
- 150** минут физической активности в неделю

Министерство здравоохранения Свердловской области
Свердловский областной центр медицинской профилактики

www.medprofural.ru