



## Що таке ІНСУЛЬТ?

- ▶ Інсульт виникає, коли **кровоносна судина в мозку закупорюється або лопається.**
- ▶ **Без кисню**, що переноситься кров'ю, **мозок починає вмирати.**

Негайно зателефонуйте, щоб отримати **невідкладну медичну допомогу!**

## Пильно стежте за такими СИМПТОМАМИ

Симптоми інсульту з'являються швидко й раптово, тому важливо знати його ознаки й швидко діяти.



Якщо у вас або близької вам людини починають виникати один або кілька таких симптомів, **НЕГАЙНО ТЕЛЕФОНУЙТЕ 103.**

## Зменште РИЗИК ПОВ'ЯВИ ІНСУЛЬТУ



Ведіть здоровий спосіб життя, **харчуйтеся правильно та займайтеся спортом.**



**Знизьте показники артеріального тиску та холестерину.**

**Якщо ви палите, розпишіть план, як вам кинути палити, й дотримуйтеся його!**

