

# ИНФАРКТ МИОКАРДА



## СИМПТОМЫ

Сильная давящая боль, жжение за грудиной. Может распространяться на левую руку, шею и между лопаток. Часто боль при инфаркте сопровождается одышкой, потливостью и чувством тревоги

## ЧТО ДЕЛАТЬ



Немедленно вызвать «Скорую помощь»

## ДО ПРИЕЗДА ВРАЧЕЙ



1. Принять сидячее положение



2. Принять одну таблетку нитроглицерина или сделать ингаляцию нитроспрея, принять полтаблетки аспирина



ИРИНА СЛУЦКАЯ  
Призёр Олимпийских игр по фигурному катанию



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

[жизньвтвоихруках.рф](http://жизньвтвоихруках.рф)

# КАК РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ?



## ЕСЛИ ВНЕЗАПНО ЧЕЛОВЕК:



не может поднять  
руку или ногу



не может  
улыбнуться



неразборчиво говорит  
или не понимает,  
что ему говорят



теряет равновесие  
и координацию

## ЧТО ДЕЛАТЬ



Немедленно  
вызывать  
скорую помощь.



В первые 4,5 часа,  
от начала приступа  
врачам намного  
чаще удастся  
спасти жизнь.



ИРИНА СЛУЦКАЯ  
Призёр Олимпийских  
игр по фигурному  
катанию



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

[жизньвтвоихруках.рф](http://жизньвтвоихруках.рф)

# КЛИНИЧЕСКАЯ СМЕРТЬ

Клиническая смерть **обратима**.

У вас есть около 5 минут, за которые вы можете спасти человеку жизнь.

## ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК УПАЛ ИЛИ ЛЕЖИТ БЕЗ СОЗНАНИЯ



### ПРОВЕРЬТЕ, В СОЗНАНИИ ЛИ ЧЕЛОВЕК

Аккуратно встряхните за плечи, громко спросите: "С вами все в порядке?"  
Если ответа не последовало, переходите к пункту 2.



### НЕМЕДЛЕННО ВЫЗОВИТЕ «СКОРУЮ»

или попросите кого-нибудь это сделать



### ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК НЕ РЕАГИРУЕТ - ПРОВЕРЬТЕ ДЫХАНИЕ

- 1) Запрокиньте голову человека назад, поднимите подбородок и слушайте
- 2) Если дыхание есть - поверните человека на бок и следите за дыханием
- 3) Если дыхания нет или оно ненормально - немедленно начинайте непрямой массаж сердца



### НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА

- 1) Положите одну руку на центр грудной клетки, вторую сверху, сложите пальцы в замок
- 2) Надавливайте на грудную клетку сильно на глубину 5-6 см и с частотой около 100 нажатий в минуту
- 3) Продолжайте непрямой массаж сердца до приезда "скорой"



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

[жизньвтвоихруках.рф](http://жизньвтвоихруках.рф)