**Инсульт**

Распространенность инсульта в мире составляет 33 млн.человек, из них: 87% приходится на ишемические инсульты, 10% геморрагические и 3% субарахноидальные кровоизлияния, заболеваемость инсультом в 25-44 лет составляет 60% от общей заболеваемости.

В Республике Казахстан заболеваемость инсультами на 1000 населения составляет 3,7% (показатель выше по сравнению с Россией -2,39% и Германией - 1,82%). По данным ВОЗ, в Казахстане смертность от инсультов составляет 1,08% на 1000 населения и занимает 3-е место после России (1,17%).

 Существенную роль в развитие острого нарушения мозгового кровообращения играет воздействие поведенческих факторов риска на человека. Сочетания таких факторов риска, как употребление табака, нездоровое питание и ожирение, отсутствие физической активности и вредное употребление алкоголя, повышенное кровяное давление, диабет и гиперлипидемия увеличивает риск развития инсульта. Оценка этих «промежуточных факторов риска» проводится в учреждениях первичной медико-санитарной помощи, и указывает на повышенный риск развития инсульта, инфаркта миокарда, сердечной недостаточности и других осложнений.

 Здоровый образ жизни, заключающийся в отказе от курения, умеренном потреблении или в отказе от алкоголя, в поддержании нормальной массы тела, регулярных физических упражнениях и сбалансированной диете, в активизации самостоятельной заботы о здоровье, должны ассоциироваться у каждого казахстанца с предотвращением болезней системы кровообращения.