



腦中風

過了中年之後,心血管方面疾病成了健康的頭號殺手;腦中風一 直高居台灣十大死亡原因之前三位,影響健康之大。

「腦中風」是指突發性腦部血管阻塞或是破裂,造成腦組織缺血 或出血導致神經缺損的症狀;腦中風好發於年紀大或具有多重危 險因子的病人。腦中風的種類有:1)缺血性腦中風和2)出血性 腦中風。

危險因子

- 高血壓(收縮壓 > 140 mmHg;舒張壓 > 90 mmHg)
- 糖尿病
- 心臟疾 病(例如:心律不整、瓣膜性心臟病、心肌缺血 或梗塞)
- 陳舊性腦中風
- 肥胖、高血脂 症
- 長期抽菸
- 長期酗酒
- 年紀大
- 避孕藥。

診斷及治療

● 醫師利用臨床症狀診斷,同時必須確認引起中風之原因及危險 因子。另外,下列檢查可以協助更精確的判斷,協助找到有效 的治療:1) 腦部電腦斷層掃描;2) 頸動脈及顱內血管超音 波; 3) 血管攝影; 4) 抽血檢查(如血脂、血糖等); 5) 核磁 共振造影。

■ 腦中風藥物治療目的為預防再次中風,中風穩定後即可復健 治療活動,提早恢復運動功能及語言功能。

預防及注意事項

● 掌握" FAST" 迅速辨認中風症狀

F代表 Face (臉部特徵): 微笑時臉部表情不對稱

A 代表 Arm (手臂力量):雙手平舉單側手臂下垂

S 代表 Speak (說話表達):口齒不清 說話困難 無法表達意思。

T 代表 Time (搶時間): 若有以上症狀 記下中風時間, 撥打 119

- 若出現上述症狀,應即刻就醫不可拖延;規則藥物治療,其 預後及恢復較好。
- 患有高血壓、糖尿病、心臟病、陳舊性腦中風、高血脂的病 人要遵守醫囑定期服藥及追蹤。
- 戒菸。
- 持之以恆復健運動。
- 飲食中避免高油脂、高糖、過鹹及刺激性食物。
- ●避免任何使血壓突然升高的情況,例如:情緒激動(生氣、 興奮)、緊張(趕時間、打牌)、激烈運動,過度用力(拿 重物、解大便)、小心提防低溫威脅、注意保暖、不要在清 晨冒著寒風從事激烈運動、不要喝太多酒。
- 避免血壓突然降太快太低;尤其是眩暈、半側麻痺、口角歪斜時。避免身體姿勢變化太突然(如躺著、坐著突然站起來)。
- 不要暴飲暴食,平日多做溫和運動,洗澡時避免過熱或過久。

112.01 10-A8-056



新北市立聯合醫院關心您 聯絡電話 (02) 2982 9111 分機 3200 若有任何疑問·歡迎您與我們聯絡