

# 腦中風

## ■ 疾病簡介

腦中風為一種急症，主要是因腦部的血流受阻，導致無法供應腦部氧氣的需求，若不即時接受有效的醫治，將會殘留症狀。

腦中風的類型：

(一) 腦梗塞：係因血管或身體其他部位血液內的雜質或血塊，被血流沖落形成栓子，導致腦組織壞死和功能失調，常見有腦血栓症(腦血管本身病變造成血管狹窄)及腦栓塞症(從其他部位血管的雜質或血塊)兩種。

(二) 腦出血：係因腦血管破裂，血液流入腦組織形成血塊壓迫腦組織，常見有腦組織內出血及蜘蛛膜下出血兩種。

## ■ 常見症狀

只要突然發生以下任何一個症狀，即有七成以上的腦中風可能性。

- 臉歪嘴斜。
- 手臂下垂。
- 口齒不清。

## ■ 處置

- 迅速撥打119緊急醫療救護系統送往醫院，盡量減少留在現場的時間。
- 切記！不要立即給予降血壓藥物及餵食任何食物。
- 將麻痺的那一側朝上側臥，以避免嘔吐物嗆到導致吸入性肺炎。
- 解開緊身衣物，如皮帶、胸罩、領帶等，幫助病患呼吸。
- 仔細監測病患的意識程度、呼吸、血壓與心跳之變化，上下肢、左右側運動與感覺的狀況。
- 若可能，到醫院前的照護提供者必須確定中風症狀及徵候發生的時間，這個計時動作對後續的評估及治療很重要。



## ■ 急性治療及照護

- 缺血性腦中風患者要把握黃金3小時，注射靜脈血栓溶解劑，在腦細胞還沒死亡前仍可搶救病患生命。新技術「經動脈取栓術」治療黃金時間從3小時延長至8小時，經動脈取栓術是利用導管將支架或抽吸導管導引至血栓處後，再將血栓嵌住、吸出，以此打通血管，降低中風後遺症。
- 高血壓、糖尿病、心臟血管疾病都會增加腦中風症的風險。建議藉調整飲食、運動維持正常血壓、血糖及膽固醇。高血壓、高血脂、糖尿病患者應接受治療，控制在正常範圍內可以降低發生腦中風的風險。

## ■ 居家保健

- 定期(每天或每週2至3次)量血壓。
- 按照醫師指示吃藥，認識您的降血壓藥物。
- 低鹽飲食，鈉鹽攝取量一日以5公克(約一茶匙)以下，少吃鹽、味精及醬漬食物。
- 少吃內臟、豬油、肥肉高脂肪食物。
- 戒煙、避免飲酒過量、多吃蔬菜水果。
- 保持正常體重，規律適量運動。
- 充份睡眠與休息，不要焦躁激動，冬天要保暖。
- 不要用太冷、太熱的水洗澡或浸泡過久。

## ■ 緊急返院提醒

- 如何判斷病患有無腦中風？您可請病患做三個動作：
  1. 「要求病患微笑」
  2. 「要求病患兩隻手都舉起來」
  3. 「要求病患說出一句簡單的話」。
- ◎ 當病患有任何以上動作不正常時，應懷疑是腦中風，應儘速送醫，以免延誤。

參考資料：

台灣腦中風學會<http://www.stroke.org.tw>

- 諮詢電話：(02)2737-2181 分機8257
- 制訂單位/日期：神經科/107.01.16
- PFS-0400-003

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮