

認識腦中風



民眾可利用中風常見徵兆『F-A-S-T』判定是否發生腦中風



F=臉頰，要求病人笑一下，是否臉頰看起來不對稱；**A**=手部，要求病人舉平雙手，是否單一手下滑；**S**=說話，要求重複簡單句子，(例：這裡是成大醫院)，是否口齒不清或無法重複；**T**=時間，如果有其中任一前兆，不要猶豫，立即打 119，儘速就醫，另外要注意發生的時間，以提供醫師治療上的判斷。



國立成功大學醫學院附設醫院
斗六分院關心您

一、什麼是腦中風

當流向腦部的血液受阻時，導致腦部組織受到傷害，因而發生各種臨床表現的腦神經缺損症狀。包括梗塞性中風、出血性中風及暫時性腦缺血。

二、中風的危險因子

可能造成腦中風的相關因素：

- ◆45 歲以上
- ◆菸/酒
- ◆高血壓
- ◆高血脂
- ◆心律不整
- ◆心血管疾病
- ◆肥胖
- ◆糖尿病
- ◆缺乏運動

三、腦中風症狀

- ◆一側或兩側肢體無力、感覺異常
- ◆視覺模糊、視野缺損、複視
- ◆吞嚥困難、流口水
- ◆言語不清、溝通困難
- ◆眩暈、劇烈頭痛
- ◆臉部不對稱、嘴歪、單側眼皮下垂

四、急性中風的處置與治療

依中風種類、時間及嚴重程度，由神經內外科醫師判斷



- ◆血栓溶解劑
- ◆動脈血管內取栓術
- ◆抗血小板凝集劑：

抑制血小板凝集而降低血栓形成。

- ◆抗凝血劑：

心房顫動之病患建議宜長期使用抗凝血劑預防中風。

- ◆降腦壓藥：

大範圍中風之病患降低腦水腫。

- ◆降血壓藥：

為維持腦血流，梗塞型腦中風急性期不宜把血壓降至正常值。

- ◆降膽固醇藥：梗塞型腦中風可考慮使用。

五、腦中風的日常生活照顧

◆ 食

1. 多食用富含纖維、低鹽、低糖及低油的食物，烹調時以植物油為主。
2. 避免抽菸及含咖啡因飲料。
3. 維持在理想體重的上下百分之十以內。
4. 每日定時測量血壓且記錄，依醫師指示定期服藥及追蹤。
5. 噎到或咳嗽時，應停止進食。
6. 預防便秘。

◆ 衣

1. 宜穿著舒適、保暖，避免過長衣褲。
2. 鞋子選擇以不用綁鞋帶包鞋為宜。

◆ 住

1. 房間宜明亮且有良好照明設備，室內外走道維持暢通。
2. 浴室最好加裝扶手及防滑墊，以坐式馬桶較為安全。



3. 床的高度最理想為兩腳下床剛好碰到地面。

◆ 行

1. 病人平衡及協調力差，協助者須站於無力肢體旁邊。
2. 若行動不便，應依建議選用適當的助行器或輪椅協助活動。
3. 移動病人時不要拉扯無力的肢體，避免脫臼或骨折。



◆ 其他

腦中風後肢體會發生感覺障礙，對冷、熱、觸、痛感覺較遲緩或完全喪失，給予冷熱敷時，應注意預防凍傷、燙傷及壓瘡。

◆ 復健與心理支持

1. 腦中風後建議於黃金期積極復健。病患及家屬可依經濟、人力狀況考量住院復健、門診復健或居家復健。成大醫院斗六分院承接衛福部

中風急性後期照護計畫(PAC)，病患有機會可選擇相關承作醫院進行轉銜，進行密集性高強度之復健計畫。

2. 中風後肢體痙攣容易造成疼痛、僵硬、影響復健成效及生活品質。可由復健科或神經科醫師評估是否符合肉毒桿菌注射治療。
3. 中風造成身心靈之影響頗巨，更改變了家庭成員的生活，所以相互心理支持非常重要。如有困難需求可尋求醫護團隊之協助。



參考資料來源：成大總院 5C
製作單位：6W
製作日期：112.06
修訂日期：113.10
DL-06-2-016