



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院

認識腦中風疾病

| | |
|------|----------|
| 編號 | ND 內-034 |
| 製訂日期 | 2003.11 |
| 七修日期 | 2022.04 |

一、健康與家庭的殺手—腦中風：

腦中風是一種來得很突然的疾病，為國人主要死因的前五名，可能導致癱瘓或肢體殘障，需要住院治療及照護，造成家庭心理與經濟負擔。

二、缺血性腦中風是最常見的類型：

腦中風有兩種，一種是血管破裂而出血，稱為出血性中風；另一種是顱內或頸部的血管阻塞不通造成腦部缺血，稱為缺血性中風，大約有八成的中風病例都屬於缺血性腦中風。

三、隨時注意是否有腦中風的症狀：

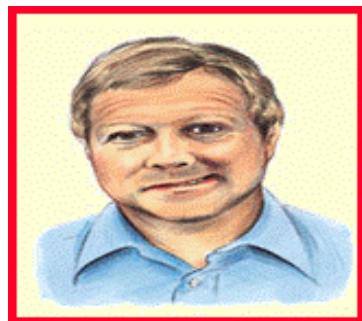
暫時性腦缺血是發生嚴重腦中風前的重要警訊，約有 2%~4% 的民眾有此經驗，曾發生過暫時性腦缺血的這些人約有三分之一將來容易發生中風，請牢記若出現中風症狀，應立即送醫爭取治療時間，把握「急性中風搶救黃金 3 小時」：

(一)頭臉部異常：視力模糊或複視、嘴歪眼斜、吞嚥困難、嚴重暈眩、劇烈頭痛、面部麻木。

(二)身體異常：單側肢體無力或麻木、步態不穩、失去平衡。

(三)能力退化：大小便失禁、口齒不清、說不出話、走路容易撞到或拿不到就在身旁的東西。

當上面三種症狀出現其中一種時，要明確記下發作時間，立刻送醫，爭取治療的時間。



四、日常生活方面需注意：

1. 出院後按照醫師指示服藥，不可自行調整或中斷。
2. 當服用降壓劑，應配合醫師指示，定期於服藥前或每日至少量一次血壓，並記錄以供醫師開藥參考。

- 3.如有頭暈、頭痛、臉部潮紅等症狀時，可能是血壓上升，可稍作休息，若症狀仍未改善，應立即就醫。
- 4.避免快速改變姿勢，若要起床時，先抬高床頭，坐起，確定無頭暈，再慢慢站起，避免出現面色蒼白、脈搏加快、頭暈的症狀，此時應躺回床上，下肢抬高，雙腳板左右晃動。
- 5.注意血壓情況與天氣變化，補充足夠的水分很重要。



圖出自於今健康

- 6.請配合醫師門診時間，定期返診檢查，於就診前可先電話預約掛號。

五、您能不能自我照顧呢？

- 1.單側無力時，可用健側肢體施行日常活動；照顧者協助做肢體運動，以維持各關節正常活動範圍。
- 2.長期臥床者，需仰賴照顧者配合照顧，安排舒適臥位，每 1~2 小時翻身一次，每次翻身時應作背部按摩，避免皮膚與骨頭處過度壓迫而產生發紅、破皮、傷口，當皮膚乾燥時，可用無刺激性乳液擦拭，每週至少洗頭一次，洗澡水溫不可高過 43°C，隨時保持指(趾)甲清潔。
- 3.無法言語或口齒不清的病人，以手勢、單字或運用圖片卡來表達。

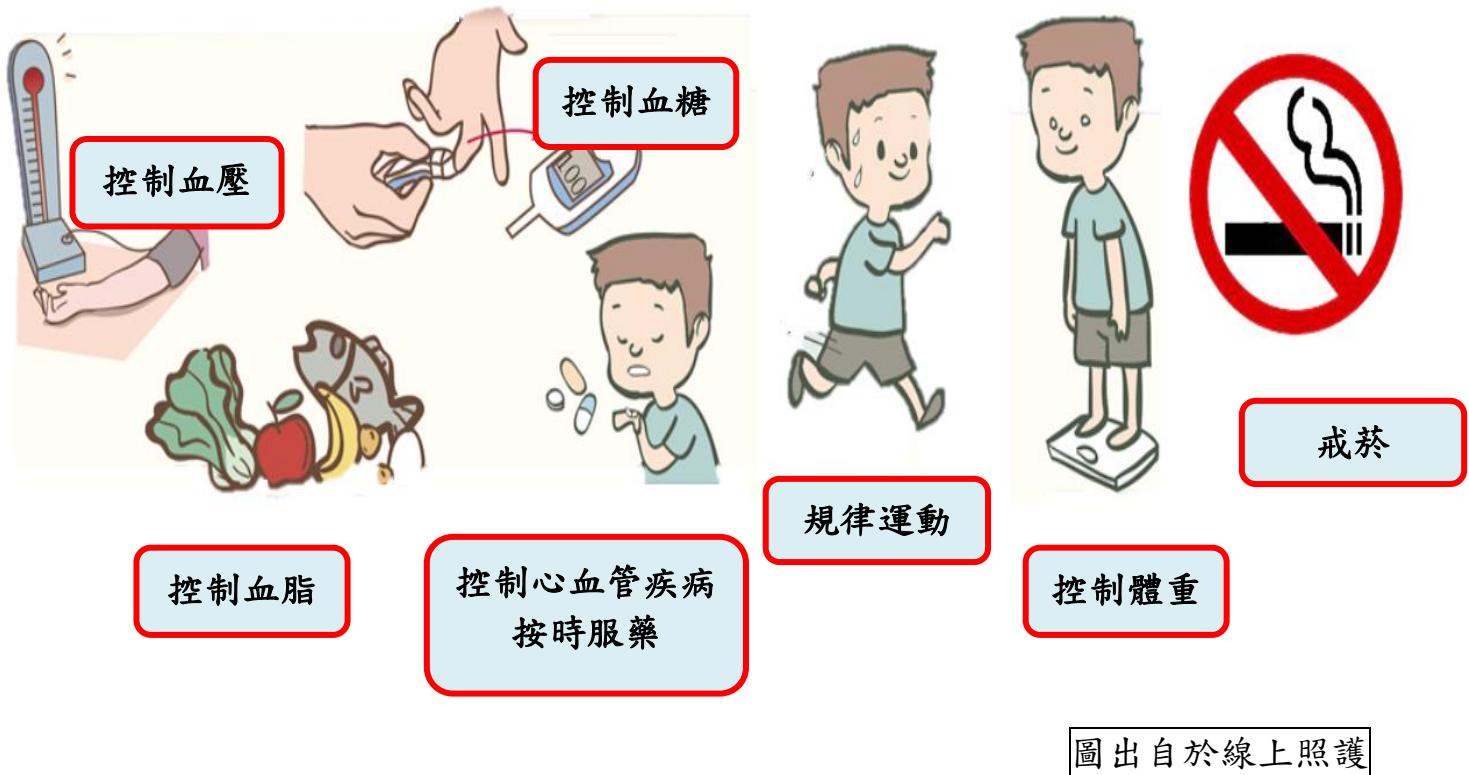


4.以輔具協助行走時，地上需保持乾燥通暢無雜物；穿著適當長度的衣褲，有頭暈時應立即休息，以防重心不穩而跌倒。



六、腦中風的預防：

腦中風的主要危險因素為高血壓、高膽固醇、糖尿病、曾經有暫時性的腦缺血、腦中風等家族病史，必須確實執行按時服藥、戒菸、減重、規律運動等，才能有效預防腦中風。



※諮詢電話：08-7368686 轉 3230

屏基關心您 祝您早日康復

