

2024 年 03 月 22 日

## 中風前兆不可忽視！多一份警惕保健康

氣候冷暖不定，正是腦中風發作的高風險期。中風嚴重者恐致命，也可能留下失能的後遺症，後續頻繁地就醫也將會造成照顧者及家庭經濟沈重的負擔，進而影響生活品質。萬芳醫院神經科謝瑞瑜醫師提醒大眾，平常要留意從生活小動作中可能出現的中風前兆，以便及早發現並爭取治療的黃金時間，才能降低中風對生命和健康造成的威脅。

中風的發生多數屬於突發性，這與個人血管狀態有關。隨著年紀增長，血管逐漸老化並失去彈性，尤其是患有三高、吸菸、缺乏運動、有心房顫動及腦中風家族史的人，更是腦中風高危險群體，中風機率比一般人要高出許多，應更加小心，積極預防。

根據統計，國人中風大約 15% 為出血性中風，其餘 85% 則是缺血性腦中風。有些缺血性腦中風病人在發作前會出現暫時性腦缺血的症狀，這些症狀常常被忽略或誤以為是暫時性不適，但實際上可能是中風發作前的信號，像是半邊無力、半邊麻、臉歪嘴斜、語言障礙、喝水容易噎到、步態不穩，甚至眼睛突然看東西有兩個影子（複視）、單隻眼睛視力看不到等，儘管這些症狀可能在幾分鐘後緩解，這時應注意到自己的血管有暫時性阻塞的可能性，預示著未來一週內中風機率有 2%~10%，建議儘速就醫評估心血管風險。

出血性中風除了上述症狀之外，也可能伴隨此生從來沒有過的劇烈頭痛，也應儘速就醫。此外，謝醫師提到，雖然血管剝離導致中風較為罕見，但喜歡泡溫泉的民眾要多注意，冷熱泉交替有可能導致血管剝離，從而引發中風，應適時起身避免長時間泡湯。

中風後壞死的腦神經細胞是不可逆的，因此，一旦發現疑似症狀，建議立即就醫檢查，謝醫師也呼籲民眾不要逕行服用藥物，因為在尚未確定中風類型之前，這行為可能導致出血更嚴重或使腦部缺血情況更加惡化。隨著醫療技術日益進步，及早就醫不僅可以評估施打血栓溶解劑的可能性之外，也有動脈取栓的手術治療選擇，有機會拯救尚未壞死的腦細胞，降低中風造成的後遺症。