

如何远离脑中风？

1、 何谓脑中风？

所谓脑中风（即脑卒中）是以猝然昏仆，不省人事，口舌歪斜，半身不遂，语言不利为主要临床表现的一种病证。轻者不经昏仆，仅以喎僻不遂为特征。

发病以 45-65 岁中老年多见，发病前多有头晕、头痛病史。

医生可能告诉你的诊断名称有：中风、卒中、缺血性卒中、出血性卒中、脑血管意外、短暂性脑缺血发作、脑栓塞、脑血栓形成、脑梗塞、脑梗死、大面积脑梗死、脑出血、脑溢血、蛛网膜下腔出血、脑室出血等。



2、 中国现状如何？

随着人口老龄化的进程，急性缺血性卒中已经成为我国国民的第一死因，存活患者 75%遗留不同程度的残疾。2012 年卫生部调查结果显示，我国 40 岁以上的脑卒中人口超过 1000 万，并呈现年轻化趋势，其中缺血性卒中占 80%。



现代康复理论和实践证明，卒中后进行有效的康复能够加速康复的进程，减轻功能上的残疾。患者功能的改善又可提高患者的满意度，降低潜在的长期护理所需的高额费用，节约社会资源。

3、 发病原因为何？

中医：内伤积损为主。复因劳逸过度、情志不遂、酒食不节、外邪侵袭、气虚邪中诱发，导致阴阳失调、气血逆乱、上冲于脑而发病。

西医：危险因素分为可干预与不可干预两种。

❑ 不可干预因素包括：年龄、性别、种族和家族遗传性等。

❑ 可干预的一些主要危险因素包括高血压、心脏病（尤其房颤病史）、糖尿病、吸烟、酗酒、血脂异常、颈动脉狭窄、缺乏运动等。



4、 哪些先兆症状，需特别警惕？

(1)运动神经功能障碍：突发口眼歪斜，口角流涎，说话不清，吐字困难，失语或语不达意，吞咽困难，一侧肢体乏力或活动不灵活，走路不稳或突然跌倒。

(2)脑功能障碍或高血压症状加重：突然出现剧烈的头痛，头晕，甚至恶心呕吐，或头痛头晕较平日程度加重或频次增多。

(3)感觉功能障碍：面、舌、唇或肢体麻木，也有的表现眼前发朦或一时看不清东西，耳鸣或听力改变。

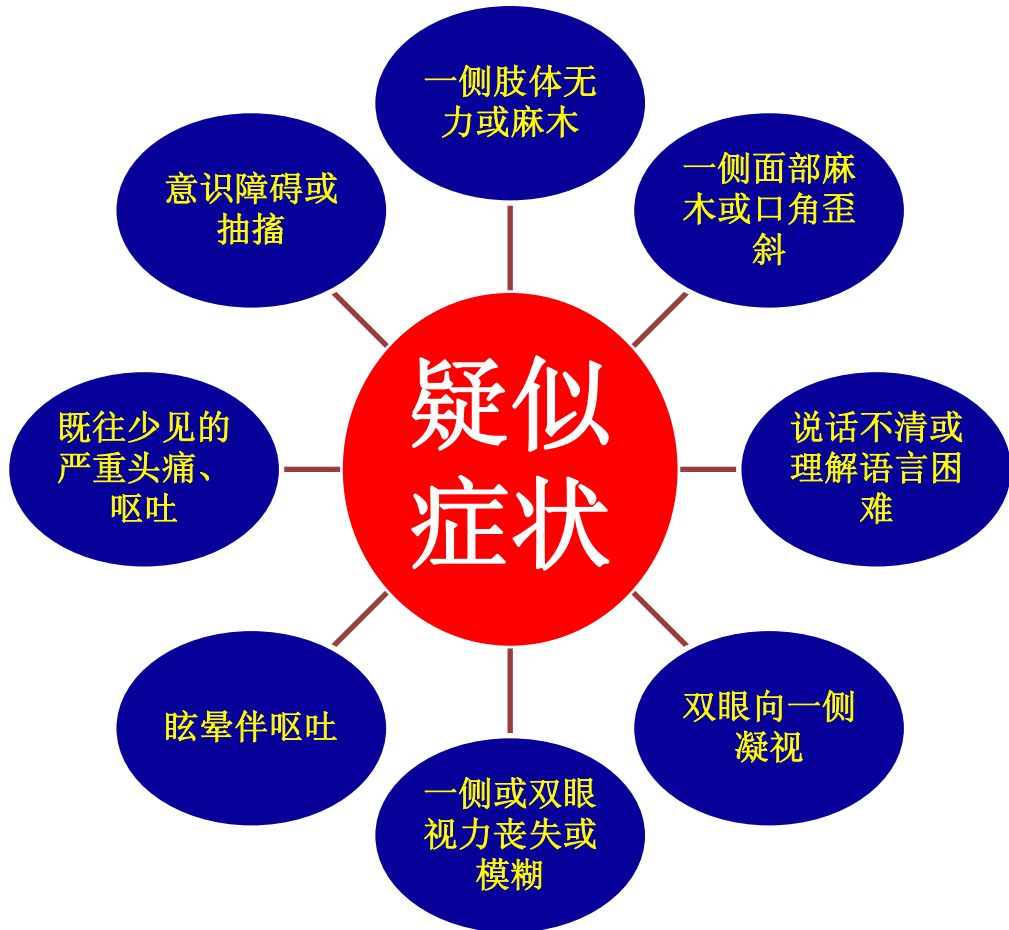
(4)意识障碍：表现精神萎靡不振，老想睡觉或整日昏昏沉沉。性格也一反常态，突然变得沉默寡言，表情淡漠，行动迟缓或多语易躁，也有的出现短暂的意识丧失等。

(5)植物神经功能障碍：全身疲乏无力，出虚汗，低热，胸闷，心悸或突然出现打呃、呕吐等，这是植物神经功能障碍的表现。

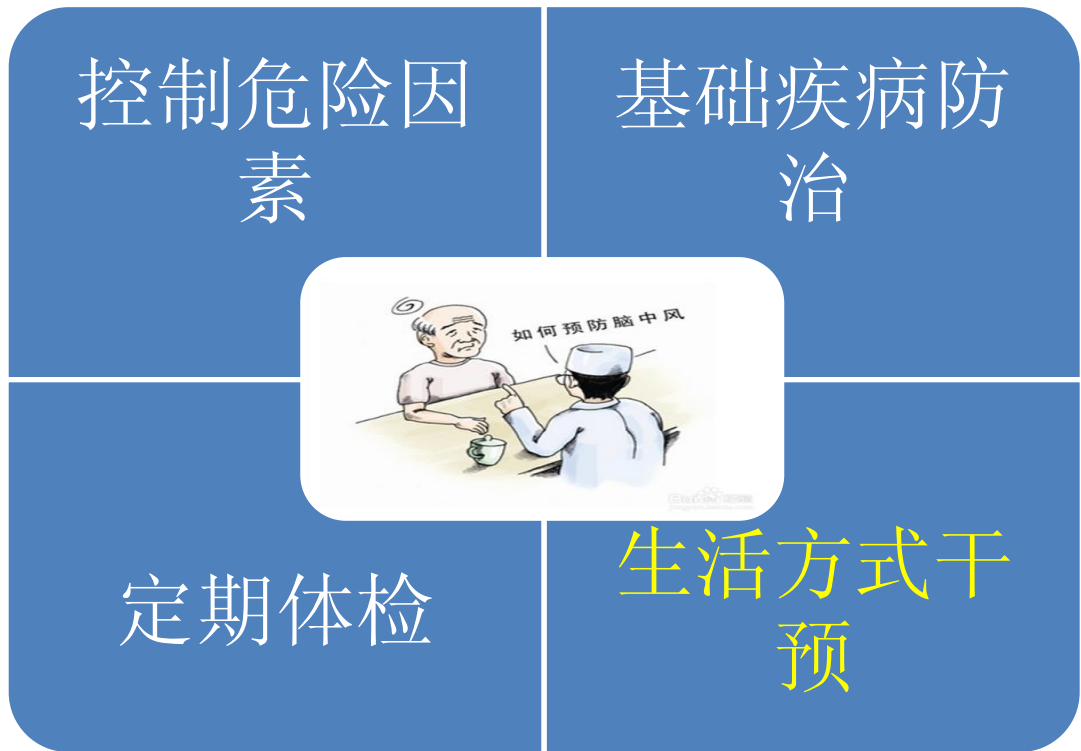
上述症状，不一定每个患者均有表现，但只要有先兆症状出现，就是中老年人中风警报，要特别警惕，建议就近医院查体。



5、 哪些疑似症状，应迅速就医？



6、对高危人群，医师的建议如何？



7、对已发病患者，康复科医师的建议有哪些？

康复介入时间：康复越早，相对预后越好。

康复介入周期：康复时间越长，日常生活能力、运动功能恢复越显著。

患者的积极性：患者积极、主动地康复常会取得较好疗效，良好的疗效又可提高患者的康复积极性。

家庭的力量：家属的督促与鼓励是取得良好疗效的保障。



脑病康复科祝您早日康复

脑病康复相关诊疗及预防，欢迎咨询。
咨询电话：022-27432317