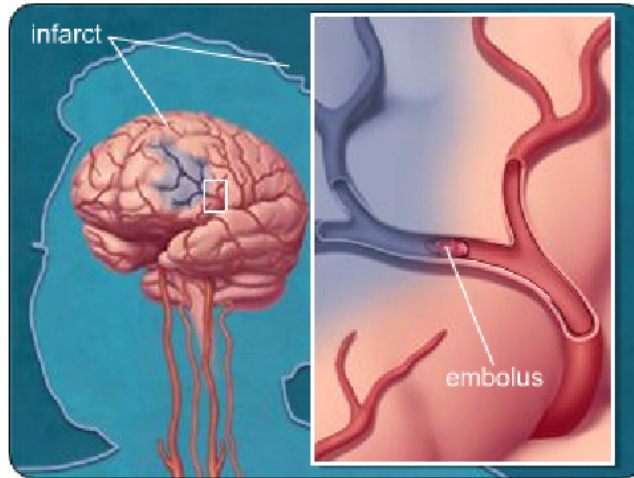


認識腦中風

什麼是腦中風？

腦中風的發生是由於腦部血管有了局部性的阻塞或出血，使腦部組織受到損傷，而產生出各種神經學症狀。



誰是高危險群？

1. 高血壓
2. 心臟病
3. 糖尿病
4. 高血脂症
5. 抽煙
6. 喝酒
7. 年齡：年齡增加則腦中風機率增高。
8. 肥胖
9. 其他：氣候溫度的變化，遺傳因素，服用避孕藥等



如何預防？

定期健康檢查、常量血壓、均衡飲食、規律的運動、保持心情愉快及避免不良嗜好，並遵照醫師指示。

腦中風的徵兆

若有以下症狀須立即就醫，以免延誤治療時間。

- ◆頭痛
- ◆頭昏
- ◆頭暈和頸部不適
- ◆偶而會有噁心、嘔吐
- ◆一側手腳麻木



腦中風病人的日常生活照護

1. 居家環境的改良及安排：

病人房間宜設在明亮且較易注意到的地方，房間內的設施應須按照病人的適合度來安裝，衛浴設備應將門檻拆除，並加裝扶手及防滑墊，採坐式馬桶較安全。



2. 衣物穿著應以舒適、方便更換為原則。

3. 如果病人不能自己翻身時，必須每 2 小時變換姿勢以防褥瘡及患肢萎縮。

4. 均衡飲食，定時定量。

5. 患肢日常復健訓練：須經醫師診視建議，才得以視病情酌量施行。



諮詢電話：07-6437901 轉 450 衛教室