

腦中風就是腦血管阻塞或破裂造成腦部受損。腦中風是國人第三大死亡原因。腦中風症狀一但發生，只有在發病後黃金三小時內使用血栓溶解劑治療，才有機會減輕因中風造成的殘障。但是台灣目前只有不到3%的病人因為及時送醫而有機會接受這樣的治療。所以根本之道，還是要從預防腦中風發生做起，而非等到發生時再來急救。

坊間傳說以為後頸酸痛，手抖手麻，或是頭暈頭痛是腦中風的前兆。事實上多數的腦中風發生前並無上述預兆，所以有上述症狀的民眾請不用擔心是中風而急著請求醫師做腦血管方面的檢查。真正的腦中風一開始的症狀就是突發性的單側肢體無力癱瘓，臉歪，語言障礙，並沒有特別的前兆。

腦中風的預防最重要的是健康管理。最常見的腦中風危險因子是高血壓、糖尿病(高血糖)、高血脂(高膽固醇)，以及抽煙。四十歲以上民眾應定期健檢。當您血壓高於120/80mmHg，空腹血糖高於100mg/dL，總膽固醇高於200mg/dL，即應開始控制飲食及增加運動，並應諮詢家庭醫學科，內科，或是神經科醫師訂定監測及治療計畫。

如果不幸發生腦中風症狀（單側肢體無力癱瘓，臉歪，語言障礙），應在黃金治療三小時內電請119緊急送醫，以爭取使用血栓溶解治療的機會。

健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。