

## 「微笑、舉手、說你好」 腦中風快打 119

發佈日期：111/11/03



知名藝人納豆，在今年初無預警腦中風，幸好女友在旁察覺並協助送醫，及時開刀搶救，掌握黃金治療期，經過逾半年的休養後，日前也宣布將重新復出。

衛生福利部國人死因統計調查，腦血管疾病長年高居國人十大死因第4位，且近來季節轉換，日夜溫差大，更易促發急性腦血管疾病，俗稱腦中風，10月29日為世界中風日，雙和醫院呼籲民眾透過口訣「微笑、舉手、說你好」快速判別，只要無法輕易完成任一項動作時，應儘快撥打119就醫，把握搶救黃金時機，搭配適當的治療與復健，人生仍有轉機。

雙和醫院中風中心陳龍主任指出，「微笑」主要是檢查臉部表情是否對稱；「舉手」為檢視是否單側肢體無力；「說你好」則是評估是否口齒不清，三項動作若有其中一項無法完成，就應立即撥打119送醫，除高血壓、高血糖、高血脂等慢性疾病「三高」外，氣溫驟降、日夜溫差大也是腦中風的觸發因子，對高風險族群來說得更加小心。

陳龍主任表示，治療腦中風的要點在於把握搶救時間，若延誤就醫反造成生命與失能風險增加。因此，民眾能否察覺相關徵兆，進而快速送醫為當中關鍵，

但根據院內統計，僅三成中風患者是搭乘救護車到院，顯示出民眾對中風徵兆的警覺性還有提升空間。雙和醫院與消防局合作，只要院方接獲通知有中風患者，就能在患者到院 10 分鐘內安排斷層掃描，院內有三台機器與九名專業人員同時提供三線治療，是新北地區人力最充足的醫院。

除提升警覺意識，快速判別並送醫治療外，腦中風也是能夠預防的，臺北神經醫學中心杜永光院長指出，只要清楚瞭解腦中風的危險因素並配合定期檢查，若有三高病人則要定時服藥，再搭配良好的生活習慣，就能遠離腦血管病變所帶來的威脅，簡單的生活守則就是「少油、少鹽、少菸酒、多運動」。