



# 不可不防的 冬季腦中風

■ 圖文 / 檢驗科印殊慰組長

冷颼颼的冬天，真的比較容易中風嗎？在銀行上班的黃先生，工作忙碌，應酬飯局多，很少運動，一直有高血壓的問題，平日也疏於服用高血壓藥。兩年前的冬天剛開始只覺得有手腳無力現象，某天早上起床，覺得頭暈，不以為意照常上班。接近中午時分，正和同事討論業務的黃先生忽然全身癱軟，不支倒地。緊急送醫後診斷為缺血性腦中風。

世界中風組織訂定10月29日是世界中風日，強調把握黃金時間即時治療與積

極復健，中風是可以有效控制的。依據衛生福利部107年國人十大死因統計顯示，腦血管疾病為國人10大死因的第4位，共奪走11,520條寶貴的性命。在台灣，同上述黃先生同樣的缺血性腦中風約占住院的急性腦中風70%，而缺血性腦中風的病因是非常多樣性的，包括：大血管粥狀硬化腦血栓、小血管疾病、心源性腦栓塞、非粥狀硬化血管疾病（含凝血疾病及動脈炎等）等。但仍有約三分之一中風患者屬於病因不明。

一個提供民眾快速辨認腦中風而能儘速送醫治療的口訣是「FAST」，此口訣可使一般大眾好記、易懂又易操作，大大縮短送醫時間。

<b>F</b> 臉 Face	<b>A</b> 手 Arm	<b>S</b> 語言 Speech	<b>T</b> 時間 Time
觀察兩側顏面是否對稱，有無一側下垂。露齒微笑時嘴角是否歪斜。	雙手平舉10秒，觀察是否有單側搖擺或偏移。	聽說話聲音是否口齒不清或無法言語。	牢記發病時間，提供就醫時參考。

目前在醫院，除了量血壓外也可以做腦部影像檢查、胸部X光、動脈超音波心電圖、心臟超音波等檢查。當然，也有一些血液檢查具有重要的診斷價值

### PT/INR

缺血性腦中風患者為預防再次中風，醫師會依病人情況選擇使用抗血小板凝集藥物或抗凝血藥物。用藥期間，需定期監測凝血酶原時間（PT）/或國際標準化凝血酶原時間（INR）比值。

### 同半胱胺酸

是一種少量存在於血液中的氨基酸。現在我們知道血液中的同半胱胺酸會引起血管上的粥化形成，因此長期有高同半胱胺酸血症的時候會引起血管硬化，也會因損傷血管內壁以致形成血塊而導致中風、心肌梗塞和肺動脈栓塞和腿部深層靜脈的血栓。

### 膽固醇及三酸甘油脂

血中總膽固醇值每升高20mg/dL，則冠狀動脈心臟病罹患率增加17%。

### 低密度脂蛋白

血液中低密度脂蛋白每增加1.8 mg/dL，心血管疾病機率增加1%。

### 高密度脂蛋白

若高密度脂蛋白 < 40mg/dL，心血管疾病機率增加。若增加1mg/dL，則能減少心血管事件發生率2-3%。

### 高敏感度C-反應蛋白

美國心臟協會和美國疾病管制中心在2003年定義，就預測罹患心臟疾病的危險性來講，高敏感度C-反應蛋白不超過1.0 mg/L時為低危險群，1.0 ~ 3.0 mg/L就有中等度的危險，如果超過3.0 mg/L時則為高危險群，發生心血管疾病的危險增加，即使血液中低密度膽固醇值在正常範圍內也須考慮是否要做預防性治療。

### 血糖

糖尿病患者心肌梗塞機率等同於曾發生心肌梗塞者為20%。

### 糖化血色素

糖化血色素下降1%，10年內中風機率下降12%，心肌梗塞下降14%，血小管病變下降37%。

前面所提及的案例黃先生，努力配合治療與復健計畫，黃先生也懊惱的說「如果早一點去醫院，我應該還是生活得很精彩」。國人可以利用國民健康署提供40到64歲民眾每3年一次，65歲以上民眾每年1次的免費成人預防保健服務定期健康檢查，服務內容包括BMI、腰圍、血壓、血糖、血脂等心臟病重要危險因子的檢查。及早發現身體異常，調整不良生活習慣及控制三高等危險因子，遠離疾病威脅。