**冬天中風潮.教你識別危險先兆**

**邁入冬天，天氣逐漸轉涼，罹患中風的機率相對的也增加了。中風的半邊身體癱瘓，面部癱瘓是一件很痛苦的事情，很多人後半輩子就坐在輪椅上，或者拄著拐杖，失去了生活的品質。**

**中風是腦部的血管突然破裂，或者是腦部的血管堵塞。而大腦是需要血液供應營養和能量物質，所以一旦血管出現問題，供血就會減少或中斷，就像縱橫交錯的河流一樣，河流的某個地方堵塞了，或者是決堤了，就有一方的居民會遭災。如果大腦長時間缺血，其所管轄的區域就會出現功能障礙。**

**如何避免中風偏癱 中風主要是中老年人比較常見，尤其是一些患有心血管疾病、糖尿病、腦動脈硬化、高血脂、心臟病、高膽固醇的人，比較容易得中風。**

**在中風之前，80%以上的人都有先兆症狀，如果事先瞭解這些先兆症狀，提前採取措施，給予緊急處理，那麼中風的後遺症也就能避免或者減輕。想要預防中風，必須和時間賽跑，在中風發作之前先行治療，或者在中風之後能夠及時採取措施，越及時治療效果越好。 因為大腦缺血時間長了，會導致局部腦細胞死亡，腦細胞一旦死亡，再生的可能性很小。 因此阻止中風的症狀發生，就能免除中風後的種種苦惱。**

**左圖為缺血性中風，右圖為出血性中風。（Fotolia）**

**留意10種中風先兆1. 頭部暈眩：忽然的頭暈，這種眩暈和平時的頭暈不太一樣，此眩暈較猛而且天旋地轉，身體搖晃不定，站立不穩，甚至有暈倒的感覺，有的人真的暈倒在地。** **在頭暈的同時可能眼睛會出現雙重影像（複視），看一個東西變成兩個，也可能同時伴有耳鳴。每個人的症狀可能不完全一樣，這些症狀其實跟頭部缺血的部位有關係。患有高血壓、高血脂、高膽固醇、動脈硬化症、糖尿病的中老年人，如果突然出現這種眩暈要特別注意。**

**2. 肢體麻木：突然的感到一側的面部、手腳、嘴唇發麻，半邊肢體軟弱無力或是拿東西不穩。有些人吃飯的時候突然筷子落到地上，然後嘴歪流口水。**

**3. 吐字不清楚：說話突然不靈活了，例如：正在和別人交談或者是做報告的時候，突然感覺說話困難，嘴巴就會被塞了棉花一樣；或是突然聽不懂別人說的話的意思。**

**4. 進食嗆咳：這種先兆比較容易被忽視。有少部分的中風患者，在中風之前喝水或者是進食時很容易嗆著，多數人以為自己吃飯不小心造成的，或者是認為年紀大了，沒什麼奇怪的。這可能是管吞咽的大腦受損，所以吞咽功能出現了問題。**

**5. 頭部劇痛：中風之前出現頭痛，開始是全頭痛且一陣一陣的，但逐漸變成局限在某個部位且不間斷的頭痛，這是一種難以忍受的劇痛，可能還伴有噁心、嘔吐。這種頭部劇痛一般 是蛛網膜下腔出血，或者是腦溢血的先兆，病情很危急。如果把它當成普通的頭痛治療，容易貽誤病情，錯過最關鍵的治療時期。**

**6. 性格改變：此症狀也很容易被忽視，老人突然性格改變。例如：行為、智力，突然出現很反常的現象，當事人可能不容易察覺，而做子女的比較容易觀察到這種變化，可能會感到 納悶「爸爸或媽媽怎麼突然變得這麼奇怪？」性格和以前完全不一樣。常見的反常行為**

**例如：突然變得沉默寡言、滑稽幼稚、狂躁易怒，或者萎靡不振等。家中的年 邁的父母，如果突然出現這種情況，須及時就醫，因為很可能大腦控管情志的部分供血不足。**

**7. 整天想睡：突然變得昏昏欲睡，整天都想睡覺，你把他叫醒，他很快又入睡了，這是因為腦部的供血不足，而影響到睡眠中樞系統所造成的。所以中老年人一旦出現原因不明的困乏、嗜睡，必須高度重視。**

**8. 眼前發黑：突然發現自己看東西看不清了， 或者是一隻眼睛突然眼前發黑，什麼也看不見，但是過幾秒鐘或幾分鐘又恢復正常。**

**9. 鼻子出血：有的人在中風的前幾個月會出現鼻子出血， 所以中老年人如果突然出現鼻子出血，也是不能麻痹大意。**

**10. 舌頭疼痛：突然出現不明原因舌頭痛，或者是舌頭麻木、不靈活，這也可能是腦部缺血所引起的。**