

認識腦中風

國泰綜合醫院 內科部 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 腦中風

指突發性的出血或缺血，導致腦內局部受到壓迫或血液循環不良，造成腦細胞損傷，引發身體功能暫時性或永久性受損。如肢體癱瘓、語言障礙、大小便失禁、意識昏迷、甚至造成死亡。

■ 種類

■ 阻塞性腦中風（腦梗塞）可分：

- ◆ 腦血栓：腦血管硬化、狹窄，導致阻塞。
- ◆ 腦栓塞：心臟或血管的外來栓子，造成腦動脈血管之阻塞。

■ 出血性腦中風（顱內出血）可分：

- ◆ 腦內出血：腦內硬化的血管突然破裂，血液流入腦部組織形成腦出血。
- ◆ 蜘蛛膜下腔出血：出血部位在腦皮質外、蜘蛛膜下，多因頭部外傷、先天性顱內動脈瘤和腦動靜脈畸形破裂造成。

■暫時性腦缺血發作：

因暫時性腦部缺血引起中風症狀，一般在24小時內可完全恢復，不會留下任何後遺症。

■症狀

「腦血管阻塞」發作之前，有時會出現「短暫性局部腦缺血」之前兆。腦中風的症狀依不同的種類、部位及範圍而有差異，常見以下症狀：

- 突發性頭痛、嘔吐、意識不清甚至昏迷。
- 突然發生肢體麻痺，無力或感覺異常、嘴歪、流涎。
- 語言障礙、口齒不清、有口難言或語無倫次、聽不懂、看不懂、不會讀、不會寫、不會算或是吞嚥困難。
- 平衡障礙：暈眩、步態欠穩。
- 視力障礙：模糊、偏盲或複視。
- 痙攣或抽搐。

■危險因素

- 年齡：45~55歲以上，易發生血管硬化。
- 高血壓：高血壓病人中風的機會比正常人約高出數倍。

- **高血脂**：易導致動脈硬化。
- **心臟疾病**：心律不整、心肌梗塞、瓣膜性心臟病及心衰竭，中風的機會比正常人約高出數倍。
- **糖尿病**：易發生腦血管病變，中風的機會多數倍。
- **抽菸**：易導致動脈血管硬化，增加中風機會。
- **曾發生短暫性缺血**：常是腦血栓的前兆。
- **肥胖者**，缺乏運動與家族遺傳。

■ 治療

發生腦中風應立即就醫，若病人昏迷或嘔吐時協助病人側臥，不可灌食任何食物與藥物，以免造成吸入性肺炎。

■ 急性期：

- ◆ 發生時間在 3 小時內，若條件許可，可使用血栓溶解劑。
- ◆ 發生時間在 8~24 小時內，若條件許可，可執行動脈內取栓手術。
- ◆ 以穩定病情為主要原則：降低因腦損傷造成的顱內壓升高，及適當處理危險因素（高血壓、糖尿病或心臟病等）。

- ◆若因腦出血、血腫塊過大危及生命時，需考慮外科手術以挽救生命。
- ◆進行性腦梗塞的患者，必要時可考慮使用抗凝血劑控制病情惡化。

■恢復期：

以復健為主，復健最有效的時間是腦中風發作後半年，由復健專科醫師詳細評估及安排循序漸進的復健治療。

■物理治療

- ◆提供適當的臥床姿勢及床邊運動之指導。
- ◆運動治療—關節活動，肌肉力量和功能訓練（如翻身、坐起、移位、步行訓練和輪椅操作）。

■職能治療

- ◆功能性職能訓練。
- ◆日常生活的訓練。
- ◆認知功能失調訓練—包括形狀、顏色、視覺、空間、肢體認知等訓練。

■語言治療

- ◆吞嚥訓練。
- ◆語言訓練。

■ 急性期照護

- 保持呼吸道通暢。
- 神經徵象的評估，觀察意識程度及肢體肌肉力量。
- 攝取均衡營養、水分及電解質。
- 保持口腔及身體的清潔。
- 維持正常的排泄功能。
- 發燒時的處理：減少被蓋、調整空調、使用冰枕及解熱劑。
- 預防褥瘡：保持衣服和床單平整清潔，至少每 2 小時協助翻身。
- 協助患側肢體做被動運動，一天 3~4 次，每個關節 10~20 下。
- 急性後期照護：若符合健保署腦中風急性後期照護 PAC 計畫條件者，經主治醫師、病人及家屬同意並協助轉銜急性後期照護乘作的區域或地區醫院進行高強度、高頻率的積極復健計畫，以早期改善失能程度、減少後續再住院醫療費用、減輕家庭照顧之負擔。

■ 居家照護

- 採低鹽、低油、低膽固醇飲食。
- 避免抽菸、喝酒及含咖啡因的食物。
- 無法自行活動者，至少應每兩小時翻身、拍背，預防褥瘡及肺炎。
- 患側功能未恢復前，須每天進行關節運動，預防關節僵化或肢體攣縮。
- 持續語言練習，以免語言能力退化。
- 檢視家中環境設備，加以簡化或改良，方便病人自行獨立處理並預防意外事件發生。
- ◆ 床墊軟硬適中，床高以雙腳下床剛好碰到地面為佳。
- ◆ 衛浴設備宜將門檻拆除，加裝扶手及防滑墊，廁所使用坐式馬桶較安全。
- 鼓勵病人使用患側，以促進患側之運作。
- 依病人情形使用合適之柺杖、輪椅或助行器。
- 照明要充足，放置物品要標示清楚，以防止意外發生。
- 衣物穿著以舒適、方便及容易洗滌為原則。

- 低溫會使血管收縮，因此需注意保暖，避免溫差太大，以防腦中風發生。
- 定期返回神經內科門診追蹤。
- 維持每日攝水量 1500~2000 C.C.。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 5311-5313

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 2751-2753

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8131-8132

或 8121-8122

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

AA000.007.2023.04 十二修