



一年中风五六次,自己却不知道,这种无症状脑梗死,多次发作会引发严重脑梗死或痴呆。10月29日是第15个世界卒中日,现代快报记者采访了三甲医院的多位专家,教你及早识别脑卒中,预防脑卒中的发生。专家表示,脑卒中已经成为我国成年人致死、致残的首位病因,且近几年患者有年轻化趋势。

通讯员 徐高峰 王倩 孙茜 董菊 现代快报+/ZAKER南京记者 安莹 梅书华 任红娟

中风也可能没有症状

当心它反复偷袭大脑导致痴呆

专家教你“中风120”原则,早识别早救治

头晕、性格改变…… 小心是无症状脑梗死发作

你以为中风都会有症状么?其实并不是。南京大学医学院附属鼓楼医院神经内科主任医师徐运告诉记者,有一种无症状脑梗死,即患者并没有明显的中风症状或者不记得有过中风的症状了,一般只会出现头晕、性格改变等状况,但是脑部影像学检查却发现有无症状的证据。

在门诊上,徐运曾遇到过一名50多岁的患者,说自己总是头晕,她给患者用了阿司匹林,但三个月后复查,她发现患者脑部出现了新的病灶。判断是无症状脑梗死后,徐运立即换药治疗。之后的两年时间里,患者没有再发生中风。“有的患者,甚至一年发生五六次无症状脑梗死自己都不知道,到医院做检查才发现。”徐运强调,无症状脑梗死看起来不太危险,但实际上,多次发生,会引起严重脑梗死,或者导致痴呆,早发现早治疗,可以大大降低发病率。

如何识别无症状脑梗死?“要做磁共振才能准确诊断。”徐运建议,40岁以上人群,可以先做一个危险自评,高血压、血脂异常、糖尿病、心房颤动、吸烟、肥胖、缺乏运动、中风家族史这八项因素占三项以上,或者既往有中风病史、有短暂脑缺血发作病史的人群,最好到医院进行筛查,医生会进行精准化的预防,提供最合适安全的方案,不同类型人群,药物选择、用药剂量都不相同。

脑卒中已是成年人致死、致残的第一大疾病

大家常说的中风,就是脑卒中,是由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤的一组急性脑血管疾病,包括缺血性和出血性卒中。

根据近期发布的《中国卒中报告2019(英文版)》数据显示,2018年卒中(俗称“中风”)已经成为我国成年人致死、致残的首位病因,具有发病率高、致残率高、死亡率高和复发率高的特点。每5位死亡者中至少有1人死于卒中,带病生存的卒中患者在我国已高达1300万。

脑卒中这种疾病因为发病急,症状呈现多样化,病情变化迅速,常留有后遗症,死亡率很高,可导致肢体瘫痪、语言障碍、吞咽困难、认知障碍、精神抑郁等。更为严重的是,存活下来的卒中患者中,约有75%不同程度地丧失劳动能力,重度残疾者占40%以上。

熬夜、酗酒等不良生活习惯,使卒中年轻化

很多人认为脑卒中是老年人才得的病,其实并不是,近几年,脑卒中患者日趋年轻化。东南大学附属中大医院神经内科副主任医师张正生介绍,前几日,门诊收治了一名44岁的脑卒中患者。该患者长期抽烟喝酒,患高血压、高血脂已有12年。长期频繁应酬,加上工作压力大,在一天早上出现意识障碍,昏迷不醒。

“在最近临床收治的脑卒中患者中,有30%-40%的脑卒中患者是中青年。”张正生告诉记者,这些中青年脑卒中患者很多都是肥胖人群、爱抽烟喝酒、经常熬夜和工作压力大。

江苏省人民医院介入科主任施海彬教授也提醒,预防脑卒中,一方面要控制好自身疾病,另一方面要建立健康科学的生活方式。在控制疾病方面,他表示,对于患有高血压、高血脂、高血糖、心脏病等疾病的患者,要听从医生的嘱托,按时用药,按时检查。在生活方式上,建议每个人根据自己的身体状况,选择合适的运动;规律作息,不熬夜;戒烟,限制饮酒,饮食不过量,荤素搭配,多吃蔬菜、水果等,避免太多的盐和油,把体重控制在理想范围内;保持积极乐观的心态,与他人和谐相处,不急躁,不郁闷。

速记“中风120”原则,把握黄金4.5小时

脑卒中一旦发生,救治越快越好,但是及时识别很重要。施海彬表示,“中风120”原则,就是一种可以迅速识别脑卒中和即刻行动的策略。

- 1 看一张脸,是否脸不对称、口角歪斜;
- 2 查2个胳膊,是否出现单侧无力、不能抬举的情况;
- 0 聆听患者说话,看患者是否存在言语不清、表达困难等情况。

有上述情况,需怀疑患者是卒中,立刻拨打急救电话120。

一般来说,发病后4.5小时是缺血性脑卒中救治的黄金时间,在此时间窗内可以使用静脉溶栓治疗恢复脑部血流,每延误1分钟,就有190万的神经元坏死,残废率将明显提高。对发病在4.5~6小时的患者,可以考虑急诊血管内治疗,如急诊取栓、支架等。发病在24小时内,经评估后可进行血管内治疗。发病1到3个月是康复黄金期,错过溶栓治疗或者溶栓后仍有功能障碍的患者,除接受营养神经、改善循环等治疗外,应尽早积极地进行康复训练,以减轻功能残疾,最大限度恢复自身能力。

南京多家医院打造卒中绿色通道 大大提高救治率

脑卒中救治是一场和死神的赛跑,高效诊疗尤其重要。南京有多家医院开通高效脑卒中绿色通道。

江苏省人民医院于2014年启动急性缺血性脑卒中绿色通道。近年来还先后成立了江苏省人民医院卒中中心泰州、泰兴、启东、盱眙、溧阳、句容等分中心,方便卒中患者及时就医。

东南大学附属中大医院自2017年2月起,正式成立卒中救治中心。同时,进一步整合医院优势资源,联合12个科室开展卒中救治,截至目前,已成功完成600多例患者的溶栓治疗与救治工作。

南京大学医学院附属鼓楼医院2008年就开通了脑卒中绿色通道。脑卒中疑似患者一旦接诊,在30分钟内就能确诊并获得相应的救治。与此同时,2015年以来鼓楼医院与30家基层医疗单位和社区卫生服务中心建立区域协同的医疗合作模式。

中医也能治疗脑卒中

针对脑卒中患者,中医治疗也有一定效果。江苏省中医院神经内科主任、主任医师吴明华介绍,从中医的角度看,脑卒中多源于风、火、痰、瘀,临床上多辅以扶正祛风、泄火化痰、活血化瘀等中药进行治疗。常用的中药处方,例如天麻钩藤饮、桃红四物汤、补阳还五汤等。常用的中药如下:川芎、天麻、黄芪、红花等。此外针刺、艾灸、穴位贴敷、耳穴埋籽、熏洗等外治法也有较好疗效。



医院义诊现场
通讯员 供图