

如何应对急性中风？

覃连云 广西省环江毛南族自治县人民医院 547100

据相关研究表明，大约每 40 秒就有一个人会中风。中风是由血凝块阻塞脑动脉引起的，也称为缺血性脑卒中。如何应对急性中风，其既是医学界所关注的焦点话题，也是广大民众所关注的热点。文章将深入探究分析急性中风这一疾病，探究面对急性中风如何科学应对，以帮助患者更快恢复健康，减轻急性中风所带来的危害。

中风是突发性的，其对于个体的生命安全构成了严重威胁，但是其并非不治之症，实际上该疾病与心脏病类似，有着极为重要、攸关生命的黄金抢救时间，如果没有抓紧时间抢救，最佳治疗时间被延误，其治愈率就越低，不仅会导致患者出现不可逆的损伤，还可能导致患者丧失生命。

导致中风发生的根本原因是脑部血流不足，脑组织得不到充足的氧气和营养物质供给，因此使得脑组织受损，由于发病紧急，其亦被称为急性脑卒中。

急性脑卒中可以细分为出血性脑卒中和缺血性脑卒中两种类型。缺血性脑卒中主要是因为脑部内血管阻塞，脑部缺氧，导致脑组织死亡所引发的，其治愈率相对较高；出血性脑卒中由脑部血管破裂所引发，其也被称为脑出血，情况相对危险，治疗难度比较大。

当前，临床上有 80% 的中风患者都是因为脑血管阻塞所引发的，20% 的中风患者则是因为脑血管破裂所引发。早期男性中风率高于女性，现如今，随着生活条件改善，女性中风发生率也有所提升，男女之间中风率的差异不再显著。中风虽然常见于老年群体，但是近些年来，随着生活工作压力增大，饮食作息习惯改变，40—50 岁，甚至是 20—30 岁的群体也有中风病例出现。重度中风的死亡率高达 40%—60%，部分患有多种基础疾病的患者甚至在送医途中猝死，还有部分患者在中风之后可能会出现多种并发症，如长时间卧床可能会导致肺部、肝部以及泌尿系统感染。

一次中风后在 60—90 天内，还可能会出现二次中风，后期发生率则会降低，但是一旦发生中风，其二次中风发生率依然高于常人。因此，患者如果发生急性中风，在预后阶段必须加强管理。

实际上，中风的发病率虽然比较高，在生活中极为常见，但实际上许多人对该疾病的认知不足，而且其前期并没有明显的症状，患者发病比较突然，正式发病时，病情通常比较严重，就医不及时，最佳治疗时间延误，最终对患者的生命安全构成了严重威胁。

中风最常见的症状是突发性的脸部、手臂或腿部麻痹、无力或瘫痪，其多发生在身体的一侧。此外，中风还可能会有突然意识混乱、说话或理解简单语句困难；单眼或双眼突然视

线模糊、视力下降、头晕、丧失平衡力、突然行动困难、突发性且不明原因的剧烈局部头痛，偶尔还伴有呕吐现象、晕厥、意识丧失等。

中风的原因多种多样，据相关研究表明，90%的中风都源于三高或心脏病。心脏病主要是房颤和心瓣膜问题，因为心脏存在问题，难以输送足够的血压进入脑部，由此引发脑缺氧或血凝块。年轻中风患者与老年患者的各项临床症状虽然没有显著差异，但是患者的患病原因却有所不同。据相关研究表明40岁或50岁以下，甚至是30-30岁就中风的年轻患者，其发病原因与家族基因、家族病史以及生活习惯有着密切的关联性，如果家族有心脏病史或者是在日常生活中抽烟、酗酒，均可能引发中风。

针对急性中风，在应对时需从紧急治疗和康复治疗两方面出发，以使患者尽快恢复健康，降低疾病的负面影响。

所谓紧急治疗，指的是在3—4个小时内的黄金时段采用相应的急救方案或给予特殊治疗。医护人员要对患者的症状进行检查和确认，在黄金抢救时间里尽最大努力进行施救和治疗，一旦错过最佳治疗时间，就难以达到预期治疗效果。

如果患者为出血性中风，在治疗时注射药物是最为常见的治疗手段，当然在注射药物时需根据患者的具体情况控制好药物的剂量。如果患者为阻塞性中风，则需要去除导致阻塞的血栓，进而缓解患者的不良症状，当然并非所有患者都适用相关治疗方法。当病患送到医院时，医生需要深入了解患者的中风类型、严重程度、年龄、心脏状况、身体状况、既往病史等，明确患者在发生急性中风后，是否有服用药物，避免在治疗环节药物使用不当，加重病情。在取栓治疗环节，要谨慎对待，否则不仅无法达到预期治疗效果，反而还会危及患者生命，因为即便患者都是中风，但是中风的严重程度也存在严重的差异。如果患者是轻微中风，治疗效果通常比较理想，治愈率比较高，如果患者为中度或重度中风则治疗效果比较差，患者可能会出现瘫痪的情况，甚至是死亡。中风时间决定了治疗结果，如果发现患者中风后，第一时间送医治疗，在黄金时间内，治疗效果通常比较理想。在治疗时首先在于保障患者的生命，然后再进行针对性的治疗，避免患者不良情况加重。部分中风患者原本病情比较轻微，但是治疗效果并不理想，且在短期内出现了二次中风，之所以如此就是因为治疗不及时。因此，一旦发生急性中风绝不能掉以轻心，要第一时间就医治疗，由专业医生进行处理。

针对急性中风，在治疗期间注意饮食，及时纾解压力也极为必要。健康的饮食、良好的生活习惯是最为有效的预防措施。实际上，许多急性中风患者之所以发病就是因为饮食不当所引发的，如大量食用甜食、油炸食品、脂肪含量高的食品，将会增加肥胖的发生率，糖尿病、高血压等疾病的发病率也将大幅度提升，这些都可能会诱发急性中风。此外，压力也是

导致急性中风发生的重要原因之一，当今社会压力可谓是无处不在，对于部分患者来说，其之所以发生急性中风就是因为压力过大，长期处在高压环境之下，压力得不到有效纾解，急性中风发生率显著提升。因此，为了更好地预防急性中风，需要加强对饮食的管理控制，及时纾解压力，日常饮食要多食用蔬菜水果、坚持少盐少糖少油，多食用高纤维食物，要坚持戒烟酒，抽烟或者是过量饮酒将会增加血液中的毒素，对血管造成不同程度的破坏，增加阻塞以及破裂的风险。此外，要采取多种方式纾解压力，放松身心，日常生活中要积极参与体育锻炼，坚持每周运动 3—4 次，定期测量血糖、血压以及血脂等与急性中风紧密相关指标的变化情况，做好预防工作。

在发生急性中风后，需注意不能随意服用药物，尤其是阿司匹林类药物，用药不当可能会加重患者病情，服用各类药物要严格遵照医嘱实施。

总之，急性中风对个体的健康危害巨大，针对急性中风需要采取科学合理的措施予以应对，要加强健康教育，在中风发生之后，积极进行专项治理，配合医护人员进行康复锻炼，可以帮助患者更好地恢复，提升患者生活质量。