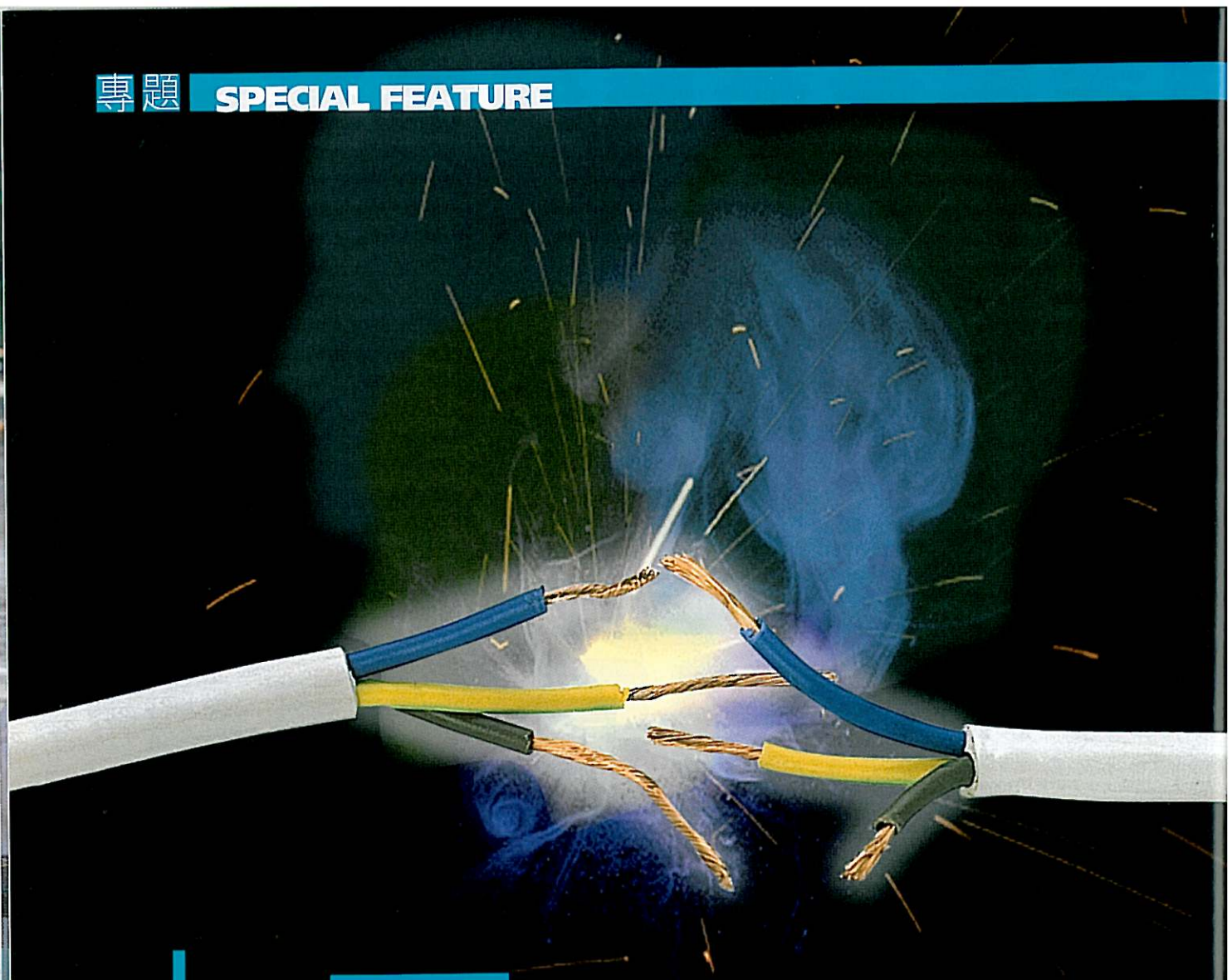


中風 中斷腦血管網絡 年輕族新危機

□ 本刊記者

人體錯綜複雜的腦部結構，就如一部精密的電腦，血管網絡縱橫交錯，千絲萬縷。電腦累了，也會罷工停下來不動；人體微妙的頭腦，只要其中任何部位出現微細的偏差，也如電腦一樣罷起工來，令傳遞網絡受到干擾。

一直以來，中風就彷彿是老年人的專有疾患，一般病者給人的印象盡是肥胖及年過中年，年輕小伙子與中風像沾不上邊兒，更遑論將它放在心上，繼續暴飲暴食，過着不健康的日子。不過據統計，現時港人患中風的情況卻有年輕化的趨勢，30多歲擁有黃金歲月的年青人，也可能受中風威脅。中風，不再是老年人專利。

中風，與癌症及心臟病等疾患，同位列本港殺手榜的前列位置。

腦中風並非甚麼文明病，它已有近2千年歷史。歷史不斷前進，醫學不斷發展，腦中風雖在人類掌握中，卻仍然在日常生活中間斷出現。任你是升斗市民，或是百萬富豪，都可能被中風選上，日本著名電影導演黑澤明，便於今年9月隨中風遠離他鍾愛的電影世界。

很多人對腦中風的名字耳熟能詳，以為了解已足夠；但當中風突如其來的降臨身上時，又可能感到措手不及，不知如何是好。所以，正確認識腦中風的來龍去脈，怎說的也是有益無害。

年輕也有中風時

每年，香港入院治療的中風患者，據資料顯示竟高達1萬4千多人，這個數字只統計了入院的人數，除此之外，還有部份病者並無收在統計之內，所以，數字可能還會更多。

「在中風急症病者中，死亡率佔15至20%；而因腦中風導致死亡的則3年內佔30%。」東華醫院康復醫學部李常威醫生表示，其實本港患中風的病者數目大抵與外國的相若。根據李醫生多年臨床經驗得知，中風病者的年齡一般較年長，65歲或以上的病者佔66%；餘下的則為65歲或以下。雖然腦中風的對象多以長者為主；不過，近年的中風新症病者中，有部份為年輕的中風患者，年齡有不斷下降的趨勢，有的甚至只有30歲便加入中風行列。

說到中風的男女患病比例，李醫生指出男性患中風的比率較高，與女性的患病率比較為1.5（男）比1（女），雖然統計數字顯示男患者為多；但仍未清楚腦中風偏愛男性的原因。男與女，始終不公平。

中風，雖然牽涉複雜的腦血管問題；但其實簡單來說，出現腦中風的原理也並非很複雜。腦中風主要是由於供應腦部的血液、氧氣及營養突然中斷，繼而令部份控制身體機能的腦細胞死亡，影響機體的運動狀況，導致降低身體活動能力。

日常生活是禍首

中風，對現代人來說當然毫不陌生，電視劇集的橋段常有這樣一幕：父親被頑劣子女氣得七竅生煙，或是被甚麼突發事刺激得出現中風現象，手腳麻痺、走路不穩而搖搖欲墜，一時間昏倒

引致血管狹窄的成因

原　因	影響性
膽固醇過高	體內過多的膽固醇積聚於血管內，令血管變得狹窄，血壓增高。
糖尿病	糖尿病者的血脂肪一般比常人高，容易出現血壓高情況。另外，病者的血糖也較高，影響血小板功能，造成血管阻塞。
肥　胖	體胖者容易有高血壓、血脂過高及糖尿病等情況，這些身體轉變是引致血管狹窄的其中因素。
吸煙及喝酒	抽煙及過量飲用含酒精的飲料，容易引致血管硬化。若同時服食口服避孕丸及抽煙，會增加中風的機會。

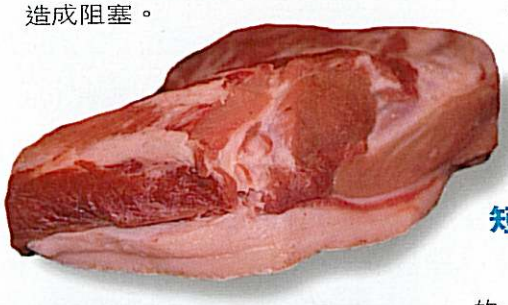
種　類	原　因
缺血性中風（血管阻塞）	1. **血管狹窄** 脂肪、膽固醇過高、血脂積聚、血小板凝聚、高血壓、糖尿病及年紀漸長，都會令血管變得狹窄，阻礙血液流通。 2. **心瓣發炎，血塊阻塞腦血管** 曾患心臟病的人有機會出現心臟血塊鬆落，隨血液流動至腦部，阻塞微細血管。 3. **壓力引致血管狹窄** 可能由於腦部長有腫瘤或發炎導致外來壓力，令血管變窄。
出血性中風（爆血管）	1. 血壓過高令血管壁壓力增加，易有爆裂的危機。 2. 血管退化及硬化，血管也容易爆裂。 3. 先天性血管缺陷（先天性畸型腦血管疾病），普遍發生於年輕病者身上。

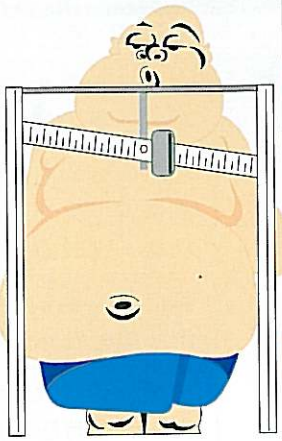
當場……

中風給人的印象就是這麼一點一滴，一般人總以為中風就只是爆血管，其實中風可分為缺血性中風及出血性中風兩種。前者即為血管阻塞，形成血栓阻塞血液流通；後者則為血管突然破裂，血液流出血管範圍，令腦部份受損。

「本港腦中風的爆血管情況佔30%；而大部份中風病者皆由於血管阻塞所致，約佔70%。」李醫生概括本港的中風情況。

據美國心臟協會（American Heart Association）期刊報道，緊張的生活也容易導致中風及心臟病。另外，心律不規則的跳動，也容易令血塊從心臟流到腦部，造成阻塞。





腦部受損位置與影響性

位　置	影響範圍
左腦皮層	• 說話模糊 • 思考困難 • 次序倒亂 • 半身不能動彈
右腦皮層	• 降低認知能力 • 影響視覺神經線 • 喪失半邊身體的感覺認知 • 半身不能動彈
腦部球囊	• 半身不能動彈
腦　幹	• 半邊面部僵硬 • 半身不能動彈 • 複視

其實，只要留意及改善日常的生活習慣，便能預防中風的發生。「接近40歲，應密切定期檢查血壓、血脂及糖尿等情況，不過對香港人來說，定期檢查又似乎並不普遍。」李醫生慨嘆地說道，香港人對中風的警覺性一向不高，也是時候灌輸中風的概念了。

短暫中風成前奏

說到底，腦中風是影響腦部的一種疾病，影響的範圍，要視乎受損的腦血管部位，出現不同程度的影響性。

最常見的症狀是半邊身體不能動彈、手腳乏力及肢體鬆軟，失去日常的活動能力。

「病者半身的力度及平衡明顯稍遜，容易跌倒。」李醫生指出其他可能出現的病徵，如表達及理解能力困難，說話模糊不清；吞嚥困難；視力及感覺受障礙；情緒不穩定，容易憤怒及低落等。除此之外，有可能出現失憶症狀，不過李醫生強調此症狀並不常見。「每兩名中風病者中，便有一人有吞嚥困難，嚴重的話食物會進入肺部，引致肺炎及呼吸困難。」其他常見的併發症還包括肩痛、痙攣、抑鬱症及癲癇等。

由於中風引起的症狀及併發症的嚴重性，所以當家人發現病者出現半身麻痺或無力、語言不清、複視（看東西時有兩個影）及天旋地轉等病狀時，都應該及時將病者送到醫院治理。「家人可做的，還是盡快將病者送到醫院。」李醫生強調，有部份中風患者於大中風前會出現暫時缺血性現象(Transient Ischemic Attack，簡稱T.I.A)，病者會說話不清楚、手腳不靈活或單

中風也可安然沒事？

李常威醫生指出，有些人縱使其中一條頸動脈完全阻塞，仍沒有任何影響性。這由於血液仍可透過其他腦部血管網絡供應氧氣及營養到腦細胞，繼續維持腦部的運作。倘若中風情況發生於極其微細的腦血管，血管網絡不廣泛，便有機會出現中風危機；但如果這些受影響的腦細胞並非控制身體重要功能，病者本身也不會察覺已出現中風現象。無論怎樣也好，還是要留意自身的身體變化，才是現代人最明智的生活態度。

提防炎夏腦中風

雖然中風普遍發生於冬季冷溫時；但有外國健康研究專家指出，當身處炎熱的燦爛夏日裏，人最容易出現脱水狀態，血液中的水份會因而降低，令血液濃稠，不能暢順地流通，容易造成血管阻塞情況。

要解決這個脱水問題，當感到喉嚨乾涸時，即時補充足夠的水份，無論對預防腦中風或是身體健康都有好處。

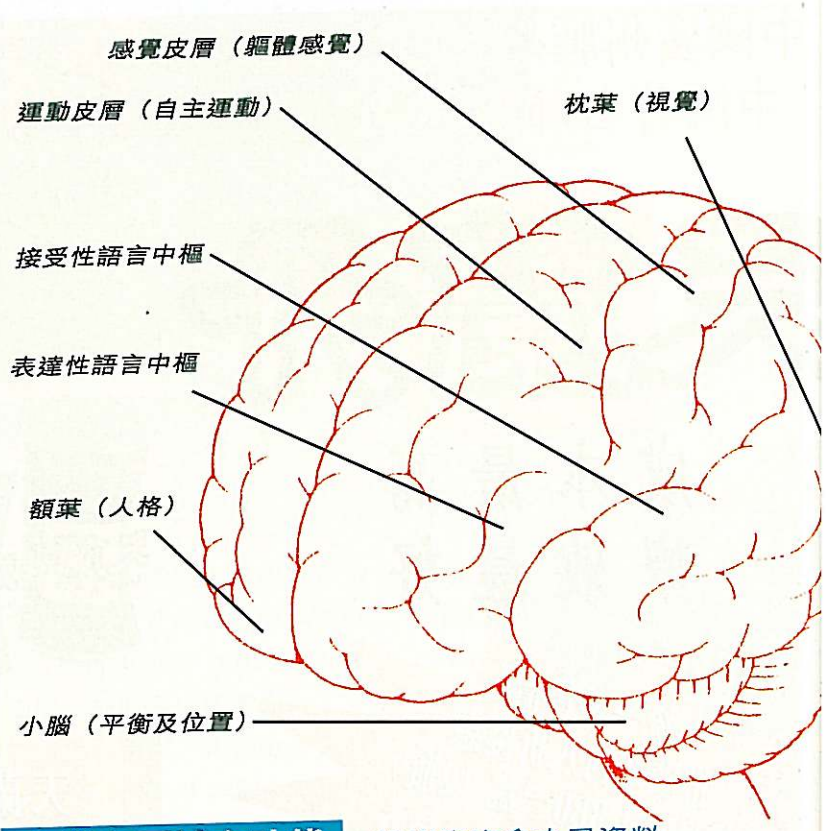
洗頭椅是中風陷阱？

前兩年，一名英國婦人懷疑於髮型屋仰頸洗頭時中風，造成半身癱瘓。醫學界人士相信這可能由於仰頸時令頸部動脈破裂，血管栓塞造成中風。雖然這或許只是個別病例；但到髮型屋洗頭時，也宜留意頸和頭的姿勢，兩者應成直線，避免造成壓力。

眼視覺遺失等，情況維持數分鐘便回復正常；不過一般人卻不當一回事，認為數分數的不適並沒大不了，其實這屬於短暫中風，是大中風出現的預告，一些發生大中風的病者，事前都曾出現短暫中風，所以，若發現身體有異，李醫生建議應及早檢查及留意身體狀況。

突如其來的中風，可能會令人措手不及；但當對它加深了解及認識，卻可以從容面對。

若半身乏力、說話模糊數分鐘，可能是大中風前的前奏。



大腦各區域之功能 *輯自復康會中風資料*

中風後遺症

美國心臟協會概括中風病者受影響的身體機能，大抵分為如下數項：

受影響的身體機能	影響性
情　緒	• 容易大哭大笑 • 情緒低落及沮喪
喪失意識	• 四肢失去感覺 • 視野暗淡 • 閱讀及穿衣困難 • 喪失半邊身體的認知感覺
洞察能力及感覺	• 影響視覺、觸覺及思考 • 忘記以前懂做的事
聽覺及語言表達	• 口部肌肉不受控制，說話緩慢不清 • 語言表達困難 • 不知如何說話溝通 • 影響說、聽、讀及寫的能力
吞　嚥	• 口部活動能力減弱，影響進食時吞嚥
思想清晰度	• 難以理解或忘記事情進行的步驟程序