



# 腦中風 返家照顧



注意事項

## 再度腦中風的徵兆

### 腦中風前兆

- 1 突然視覺障礙:複視(一件物品有兩個影像)、視力模糊、視野缺失(視力的範圍變窄)。
- 2 半側臉部或肢體麻痺。
- 3 吞嚥困難、流口水。
- 4 暈眩、平衡感喪失(容易跌倒)。
- 5 說話困難、理解障礙。



## 發生時的緊急處理

### 腦中風緊急處理方式， 發生以下的徵兆時應



- 1 患者發病時，家屬須保持鎮靜。
- 2 如有嘔吐時，應讓其側臥，頭側一邊，讓嘔吐物流出，保持呼吸道暢通。
- 3 解開病人身上的緊身衣物，避免產生呼吸困難狀況。
- 4 維持側臥，不餵食任何東西，以免噎食。
- 5 若有抽搐情形，可讓其側躺使口水及分泌物流出。
- 6 盡速打119請救護車送至設備完善的醫院，不可拖延；3小時內到院，經醫師評估盡速施打血栓溶解劑治療(把握黃金3小時)。

## 腦中風預防方法

### 血壓、血糖及血脂的控制

- 1 每日定時量血壓(每日固定時間量血壓，如:早上起床時，並登記下次回診給醫師參考，高血壓數據為130/80 mmhg)
- 2 按時服藥勿隨意停藥
- 3 控制好血糖與血脂



### 良好的日常習慣

- 1 適度的運動
- 2 愉快的心情
- 3 體重的控制
- 4 良好飲食習慣



### 要避免的事



- 1 避免便秘
- 2 避免熱水澡(水溫約36~40度C)
- 3 避免抽菸、酗酒
- 4 減少夜間常起來小便情形

#### 參考資料

林浚仁等(2022)·台灣腦中風學會顱內動脈粥狀硬化疾病處置指引·台北:台灣腦中風學會。  
馮容芬等(2024)·神經系統疾病之護理·成人內外科護理(下冊·九版)·台北市:華杏,126-148。  
European Heart Journal (2024) 45, 3912-4018。  
摘自<https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehae178>

#### 諮詢請洽

若您想對以上的內容進一步了解，  
請洽諮詢電話:05-2756000  
轉70病房分機7001、7002

 天主教中華聖母修女會醫療財團法人天主教聖馬爾定醫院 關心您

2025.01修訂

2022年4月第一版制