急！卒中发生如“炸弹”，快速识别能救命！

作者： 时间：2024-11-12

快速识别脑卒中

关注健康 预防卒中

脑卒中，也称为中风，是由于脑部血管突然破裂或阻塞而导致脑组织损伤的一组疾病，具有发病率高、致残率高、死亡率高、复发率高和经济负担高“五高”的特点，是威胁我国人民健康的主要慢性非传染性疾病之一。

脑卒中的快速识别

脑卒中发病突然，进展迅速。如果发生缺血性卒中，梗死病灶会发生不可逆改变，或因脑水肿导致脑疝、死亡。出血性卒中也会因脑水肿，引起颅内高压，最终致脑疝而死亡。因此，早期识别脑卒中并给予及时、恰当的急救措施非常重要。

常用早期快速识别脑卒中的方法

“中风120”口诀

1 看到1张不对称的脸

2 2只手臂是否出现单侧无力

0 聆（零）听讲话是否清晰

“ BE FAST ”口诀

B：Balance平衡。平衡或协调能力丧失，突然出现行走困难；

E：Eyes眼睛，突发的视力变化，视物困难；

F：Face面部，面部不对称，口角歪斜；

A：
Arms手臂，手臂突然无力感或麻木感，通常出现在身体一侧，双手平举，10秒内一侧下落；

S：Speech语言，说话含混、有困难，出现不能理解的语言；

T：Time时间，出现上述症状可能出现卒中，请立即拨打120。

EYES 看不清

FACE 脸不正

哪些时刻容易发生脑卒中？

1. 情绪过度兴奋时；

2. 从暖和房间突然到寒冷空间时；

3. 上厕所用力时；

4. 职场压力过大或过劳时；

5. 冬天洗澡时；

6. 夏天运动大量出汗时。

发生脑卒中应该怎么办？

时间就是大脑，时间就是生命。及时发现卒中的早期症状极其重要，**越早发现，越早治疗**，效果越好！

如果出现脑卒中的早期症状，应立即拨打120急救电话，并将患者送往有救治能力的医院，及时得到规范治疗可以增加恢复的机会，提高生活质量。

需要注意什么？

1.拨打120，记住发病时间。

2.不要随便搬动患者，让患者平卧，不要枕头，头偏向一侧，防止有呕吐的情况导致呕吐物反流而窒息。

3.等候急救过程中，不要给患者乱吃药。

4.不要给患者喂水，不要乱拍打患者。

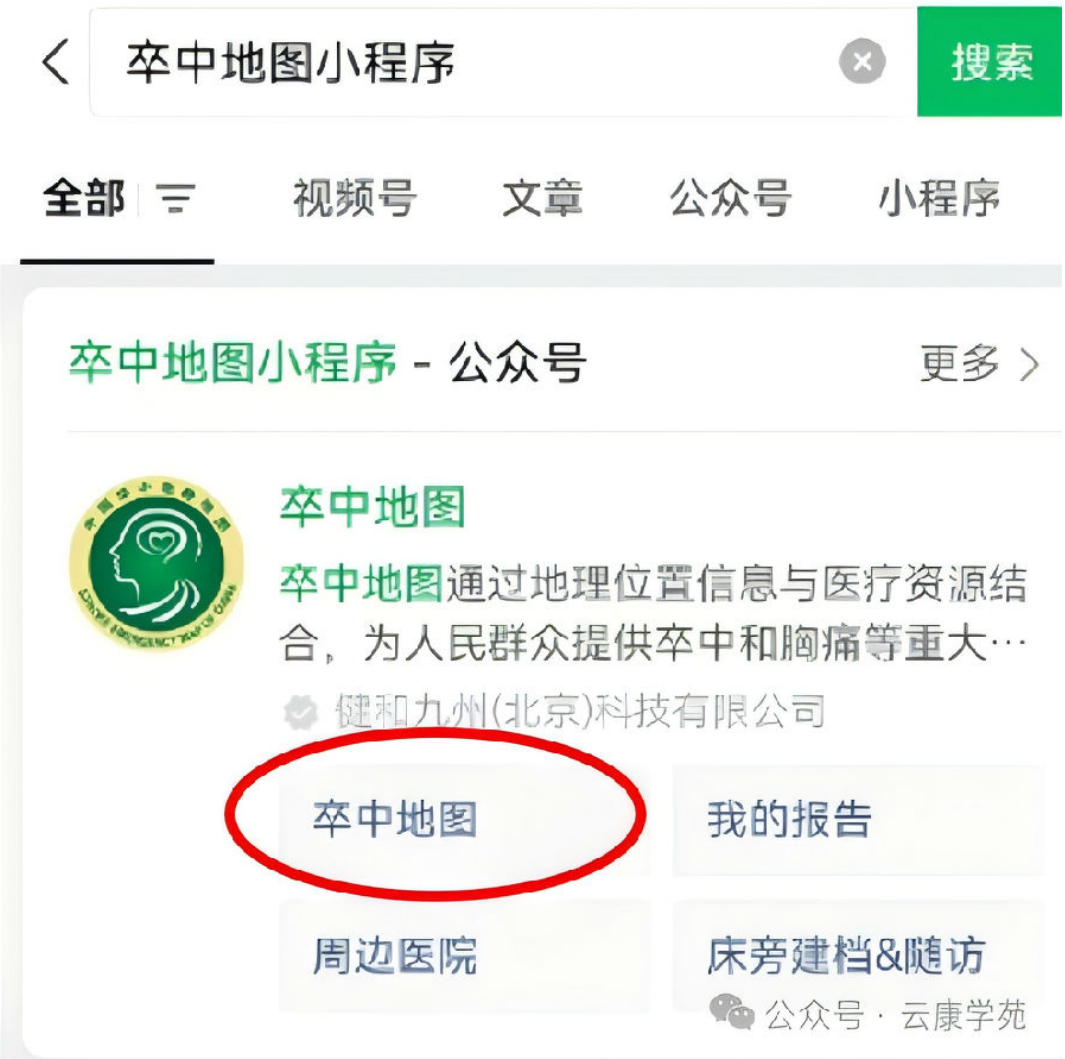
突发脑卒中，小程序来帮忙！

1 微信查询“卒中地图”小程序

打开微信，点击上端放大镜

在搜索中输入“卒中地图”小程序

2 打开卒中地图



3 选择需要的抢救方式

参考文献：

[1]警惕卒中症状尽早识别救治[J].中国实用乡村医生杂志,2021,28(10):77-78.

[1]常丽英,何小明,曹学兵,等.脑卒中防治科普宣教专家共识[J].卒中与神经疾病,2021,28(06):713-718.

绘画：张楠鑫

撰稿：刘慧群

审核：邓睿 赵滢

手机扫一扫访问在线内容

云南省健康与发展研究会 www.yhdra.org

Tech Support：Tekin

QQ:932256355

Mobile: 13888011868