

脑血管意外发作6小时内是抢救关键

脑血管意外，又称中风。分为出血性中风和缺血性中风两大类：出血性中风是指脑溢血、蛛网膜下腔出血；缺血性中风，又称脑梗塞，是指脑血栓和脑栓塞。脑血管意外的致残致死率很高，已上升为人类的第二大杀手。

脑血管意外发作的6小时内是抢救的关键，所以有人提出了“六小时”的概念。

我国著名神经病学专家、中国医科大学教授李绍英曾列举了一位因为不懂“六小时”而丧失了宝贵生命的典型病例：东北大学阿尔派软件园中，有一位40岁出头、刚从国外留学回来的中青年骨干。一天早上，他感到头痛恶心但还是挺着去上班。近中午时分，再一次剧烈头痛发作，他仍然坚持着工作。结果，傍晚时，在又一次难以忍受的剧烈头痛发作中，失掉了年轻有为的生命。李绍英教授惋惜地说，他死得太可惜了，如果懂得“六小时”，是可以抢救过来的。

所谓“六小时”的意思，是指脑出血病人在6小时内果断采取措施，完全可以使出血止住或出血减少，从而挽救病人的生命。如果脑梗塞，人的脑血管被阻塞后，如在6小时之内得到疏通，脑细胞活动可迅速恢复正常。但一般超过6小时以后，受影响的那部分脑细胞就会因坏死而无法救活了，可惜老百姓很少知道这个“六小时”的概念。李绍英教授等医学专家认为，在患脑血管神经系统疾病的人群中，至少应有70%的人是可以预防的。一是从生活上心理上进行预防，另一个最重要的方面，是要让“六小时”人人皆知。

随着现代生活节奏的加快，人们的精神压力也越来越大，患高血压的病人逐年上升，高血压病人最容易发生中风，本来是中老年人常患的中风，也日趋年轻化。预防中风就要防治高血压，而调节心理压力，保持良好的心态是防治高血压病的关键。另外，随着生活的富裕，饮食上逐渐形成了高蛋白、高脂肪、高糖类的习惯，这种饮食习惯应该得到改变。专家们指出，脑血管疾病与饮食关系密切。比如，红细胞本来是扁形的，如果过食蛋白质就会把体内的红细胞养得过“肥”，由扁变圆的红细胞，在通过微血管时，就会把微血管堵死，发生脑血管堵塞的病症。

其次，脑血管意外的发生是有信号的。有的表现为头痛头晕、恶心呕吐；有的则出现肢体麻木、耳鸣眩晕；有的人成天昏昏欲睡、孤僻寡言；有的人一只眼睛突

然失明。或鼻出血；还有的出现小中风，如突然嘴歪，流口涎，说话困难，吐字不清，失语或语不达意，四肢一侧无力或活动不灵，持物跌落。走路不稳或突然摔倒，甚至发生肢体抽搐跳动。凡出现上述情况，应及时送病人到医院检查治疗。在家里如果遇上突然昏倒，不省人事，伴有口眼歪斜，半身不遂，语言不利的中风病人。应记注“六小时”概念，千万不要随意搬动。在城市，赶快拨打“120”，通知急救中心前来救护；在农村则以平稳的方式迅速送往邻近医院。这样便会降低病死率和致残率。（摘自《人民日报海外版》，更多内容请关注<http://www.wanan-tech.com>）