

遵循醫師指示用藥

國內中風盛行率高，主要是高血壓控制成效不佳，民衆未養成定期量血壓的習慣及遵守服藥降壓的醫囑。民衆必須養成定期量血壓的習慣及遵守服藥降壓的醫囑，以避免引起高血壓或中風的機會。預防勝於治療，千萬不要錯過預防與治療的最佳時機。

雖然有些報章傳說每日服1顆阿司匹靈可以預防中風，這種觀念並不正確。事實上阿司匹靈僅能預防心臟病，對腦中風並無預防效果，如果未經醫師允許即貿然嚐試，反而可能導致出血性中風。

國人腦中風發生型態和西方國家不同，西方人腦中風以腦血管阻塞即腦缺血佔大多數，腦出血引起的腦中

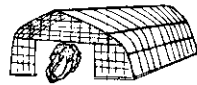
風僅約佔10%；但台灣腦出血的比率卻較西方高出許多，佔30%率。由於中風型態的不同，因此治療的方式也有差異，腦出血病人如果誤服治療腦阻塞的藥物，反而會增加出血的危機。

歐美國家心血管疾病以心臟病發生比率最高，但台灣則以腦中風發生率居首，根據榮民總醫院最近完成的5年追蹤調查中顯示，台灣地區腦中風發生率為千分之2，因此2千萬人口中即約有4~5萬的中風病人。值得重視的是，國人因中風而死亡者比率較低，反倒是因此而殘障或失智的比率最高，尤其是北部。

因此腦中風病患應該避免發生二度中風，以免失去行動能力，造成家人的負擔。由於目前尚無被證明可治療中風的藥物，唯有從預防

中風來著手，避免高危險因子，如高血壓、心臟病、糖尿病、抽菸、酗酒、高血脂和高鹽食物等；上了40歲，如無症狀，不宜任意服藥。

另外坊間一些按摩或強調舒筋活血的推拿，切勿輕易嘗試，以免因頸部血管硬塊落至腦部，反而誘發中風。報章也曾介紹躺在沙發的把手睡覺，結果睡時因身體力量下沉，使頸部椎間板破裂，壓迫到脊髓神經，一覺醒來造成癱瘓中風，這也是值得大家特別注意避免的。



宏鼎

溫室工程企業有限公司

營業項目：

溫室設計、承造、自動灌溉系統、活動遮陰網、網架設施、材料供應

新莊市民安西路372巷11之2號

TEL: (02) 2028278 · 9918125

行動電話090099109# : (060) 021196

黃興屏先生洽



豐年叢書 技術服務

本社出版之豐年叢書，多數為應用技術，購閱後如有實際問題，歡迎來信詢問。

來信請寄：台北市29號信箱讀者服務部。

書籍如發現缺頁或裝釘不完整者，請寄回調換。

需要書籍目錄者，來信即寄。

豐年社

台北市滬州街14號 (02) 3628148

郵購劃撥0005930-0豐年社。