



## 中风（亦称“卒中”）

在美国，中风是导致死亡和残疾的主要原因。预防和管理继发性疾病（如高血压、糖尿病、肥胖和心脏病）有助于整体健康，并有助于降低中风风险。



### 问：什么是中风？

流向大脑的血液受阻或大脑突然出血时，发生中风。

中风有两种：缺血性中风和出血性中风。

**缺血性中风**最为常见，占中风的**87%**。大脑中的血管受阻（由血块或脂肪沉积和胆固醇堆积）时，会发生这种情况。

出血性中风发生时，脑血管破裂，对周围脑组织造成压力。

### 问：如何识别中风的症状？

症状突然出现，包括麻木或虚弱（尤其是身体的一侧）、面部下垂、口齿不清或说话困难、言语混乱和理解困难、一只或两只眼睛有视力问题、晕眩、失去平衡或协调、呕吐或恶心、嗜睡还有不明原因的严重头痛。

如果您出现上述任何症状，那么请立即拨打**911**。成功的治疗有赖于快速响应。

### 问：如何治疗中风？

中风需要紧急医疗护理，可能需要住院治疗。治疗过程取决于中风的类型、出现症状的时间以及是否存在其他病症。

缺血性中风的典型治疗方法是手术和药物相结合来分解血凝块。根据治疗多快开始，可以使用纤溶酶原激活剂(**tPA**)或抗凝剂来分解血栓或防止它们变大，也可以使用血栓切除术来清除血栓并打开动脉。如果中风是由斑块堆积引起的，也可以进行颈动脉内膜切除术以清除颈动脉中的斑块。

出血性中风的治疗取决于出血点和出血量。可能会进行紧急手术来堵塞或控制破裂，并从大脑中排出多余的血液。手术后也可以服用降低血压和减轻疼痛的药物。

### 问：什么因素会增加中风的风险？

显著增加中风风险的因素包括高血压、吸烟、心脏病、糖尿病、高血胆固醇水平、高红细胞计数、肥胖、大量饮酒和吸毒、缺乏运动、心律异常和心脏瓣膜受损。

### 问：中风后会发生什么？

根据中风的严重程度，多种功能可能受损，包括运动、言语、进食和吞咽、肠道和膀胱以及调节情绪和清晰思考的能力。

在最初的紧急治疗后，可能需要一些理疗、自理能力治疗和语言治疗的组合。康复可能需要数周，甚至数年；有些人从中风中完全康复，而另一些人则遭遇永久性的功能丧失和残疾。

### 问：我怎样才能预防中风？

导致中风的许多因素都在我们的控制范围之内。监测和控制高血压。戒烟。健康饮食（低饱和脂肪和胆固醇、高纤维）。保持有利于健康的体重。定期锻炼。限制酒精摄入量。

### 问：有针对中风的临床试验吗？

有。如要查找当前的中风试验，请访问ClinicalTrials.gov (<https://clinicaltrials.gov>)——这个网站可用于检索公共和私人支持的临床研究，由国立卫生研究院(<https://www.nih.gov>)国家医学图书馆维护。

来源：国家心肺血液研究所、美国中风协会、约翰·霍普金斯医疗集团、疾病控制和预防中心。

### 需要找人谈谈吗？

我们的信息专员可以回答您的问题。请在美国东部时间周一至周五上午7点到晚上12点拨打  
 免费电话1-800-539-7309或  
 在 <https://link.edgepilot.com/s/526e2b5c/mBDIPCWKuEOPJ0bGA39Mhw?u=https://connect.panalysis.org/zh/send-us-your-question> 上在线提问。

此消息中包含的信息是为了向您介绍瘫痪及其影响。此消息中包含的任何内容均不应解释为亦不旨在用于医学诊断或治疗。它不应用于代替您的医生或有资质的其他医疗保健提供者的建议。如果您有与医疗保健相关的任何问题，请立即致电或咨询您的医生或有资质的其他医疗保健提供者。在开始新的治疗、饮食或健身计划之前，请务必咨询您的医生或有资质的其他医疗保健提供者。您绝不能因为在此消息中读到的内容而忽视医疗建议或延迟寻求医疗建议。

本出版物由美国卫生和公众服务部(HHS)社区生活管理局(ACL)支持——该支持是100%由社区生活管理局资助、总额为870万美元的财政援助计划的一部分。这些内容代表作者观点，不一定代表社区生活管理局或美国政府的官方观点或认可。