

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

1 看 1 张脸

不对称
口角歪斜



2 查 2 只胳膊

平行举起
单侧无力



0 (聆) 听语言

言语不清
表达困难



快打 120

有上述任何突发症状



“ 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。

B ALANCE 难平衡



EYES 看不清



FACE 脸不正



SPEECH 语不灵



公众号·云康学院

TIME 症状出现要警醒 赶紧拨打 120



公众号·云康学院

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



云南省健康与发展研究会 www.yhdra.org

Tech Support : Tekin

QQ:932256355

Mobile: 13888011868