



突发脑出血为何凶险致命？

出现这些症状千万别拖，赶紧就医

9月13日，著名主持人敬一丹离世，享年71岁。今年6月，她在家乡哈尔滨突发急性脑出血，病情危重，后转回北京住院治疗，历经近三个月救治。敬一丹离世的消息引发关注，也让大众对脑出血这一疾病有了更多的认识。那么，脑出血为何如此凶险？普通人又该怎样第一时间识别和施救？这种病可以预防吗？对此，山东大学齐鲁第二医院神经内科主任尚伟做出了解答。

◎ 山东商报·山海新闻
记者 于娜 通讯员 郝爱



制图 / 王李君(豆包 AI)

>>>

记住识别口诀“中风120”

脑出血和脑梗死早期症状非常相似，在做头颅CT之前，甚至连医生都很难仅凭患者表现进行区分。因此，普通人不必判断是“堵”还是“破”，识别出这是“中风”，立即采取行动即可。

尚伟指出，快速识别脑卒中可记住“中风120”口诀。

- 即“1”看一张脸，是否口角歪斜；
- “2”查两只胳膊，平举后是否一侧无力下垂；
- “0”谐音“聆”，听说话，是否口齿不清或听不懂。

三项中只要有一项突然出现，就要高度警惕脑卒中发生。

同时，脑出血会常伴随“这辈子最剧烈”的突发头痛、喷射性呕吐、血压骤升、一侧肢体麻木无力、嗜睡甚至昏迷。

“一定要记下患者最后正常的时间，这对医生后续的治疗方案非常重要。”尚伟强调。

发病时有“三不做”

“发病时第一件事是拨打120，说清‘怀疑中风’、准确地址和患者最后正常的时间。”尚伟说，让患者就地平卧、头偏向一侧，解开领口、取出假牙，保持气道通畅，并就近送往有卒中中心、开设绿色通道的医院。

对于发病时不能做的事，尚伟列出了三条。

- 一是别喂水、别喂食、别喂任何药物——没做颅脑CT前分不清是堵是破，喂药可能会加重出血，喂水喂食可能引发呛咳窒息；
- 二是别摇晃、搬动、掐人中或“指尖

放血”——这类偏方没有科学依据，还会引起血压波动，造成更严重的后果；

●三是别侥幸等待、别自行开车送医、别舍近求远——卒中症状不会自行缓解，送医途中需要专业监护，就诊讲究就近、就急。

尚伟表示，高血压是脑出血第一位的可控因素。《2023年中国卒中统计报告》显示，住院脑出血患者中约八成(80.77%)合并高血压。《中国卒中报告》指出，超过85%的出血性卒中，可通过控制危险因素实现早期预防。

“所以，高血压患者一定要规律服药、定期监测、必要就医，不能‘头不晕就停药’；同时戒烟限酒、低盐饮食，避免情绪剧烈波动、用力排便和骤然受凉。近年来，脑出血呈年轻化趋势，年轻人同样要定期体检、检测血压，不要掉以轻心造成严重后果。”尚伟强调。



“讲文明 树新风”公益广告

不轻信、不透露、不点链、不转账
发现上当，立即报案

守好你我“钱袋子”，共筑金融反诈防线

