

时间就是大脑 别让卒中“卒”不及防

10月29日是世界卒中日。卒中即中风,致死致残风险高,中青年发病渐多。牢记“中风120”、“BE FAST”识别口诀,警惕突发异常信号,发病立刻拨打120,抢黄金救治时间。管控高血压等危险因素,慢病定期随访,科学预防,守护脑健康。

“中风120”

“1”张脸、“1”双眼:突然口角歪斜,或视物模糊、视物成双、视力下降。

“2”只胳膊、“2”条腿:突然单侧肢体无力或麻木,或行走不稳、失去平衡。

“0”聆听言语:突然说话含糊、表达困难,或听不懂他人讲话;零延误,出现上述任何一项突发异常,立即拨打120。

“BE FAST”口诀

B(Balance,平衡):突然走路不稳、身体失

去平衡,甚至摔倒。

E(Eyes,眼睛):突然视物模糊、重影,或一侧视野缺损、看不见。

F(Face,面部):面部不对称、口角歪斜。笑一下,看看是否有一边口角歪斜。

A(Arm,手臂):一侧手臂或腿突然无力、麻木,平举双臂时一侧明显下垂。

S(Speech,言语):突然说话含糊不清、词不达意,或听不懂别人说话。

T(Time,时间):一旦发现上述任一症状,立即记录发病时间,并马上拨打急救电话。(P06)

