

## P34 | city | By 林順潮

**中風勿色變**

有一種「風」突如其來、可隨時奪命，幾乎人人聞之色變——它就是如風一般變幻莫測的「腦**中風**」。根據世界**中風**組織統計，全球每年有 1500 萬人**中風**，平均每 6 秒便有一人死於此病。它在香港更是第三號殺手，每年奪去超過三千條性命，僅次於癌症與心血管病。

文：林順潮 圖：香港電台

**中風**源於血管爆裂或淤塞，影響腦部血液運行，令腦部組織因缺氧和營養素而受損，嚴重者可以致命，大難不死者亦可能有後遺症，如半身癱瘓、腦筋不清、失語、吞嚥困難、大小便失禁等等。

引發「腦**中風**」的危險因素眾多，當中包括遺傳、種族特性、年齡、性別和氣候驟變等；患有高血壓、高膽固醇、糖尿病、頸動脈狹窄等人士，或有吸煙、過量喝酒、肥胖、缺乏運動這些不良習慣者，亦屬「腦**中風**」高危一族。前者無法控制，後者則可以預防。

「腦**中風**」的後遺症使患者在日常生活中蒙受諸多不便，也帶來了極大的痛苦與無奈，一些簡單如走路、說話、吞嚥的能力在一瞬間失去了，確實不是一時三刻便能夠消化適應，那分挫敗感與逼於無奈對別人的依賴，在在牽動叫人憐憫之心。邵國華兄直言為**中風**病患感到惋惜，他把人生比喻為一場足球賽事，中了風就好比上半場完結時已是零比五大落後，正是敗仗已成，踢不踢下半場已是無關痛癢。

我可不以為然，「波是圓的」，未到最後一刻實在不知鹿死誰手。做人一定要全力以赴，盡力而為，即使最終輸波，也雖敗猶榮。**中風**病人亦然，中了風不等於要自暴自棄，在醫生的協助下，仍可收拾心情，積極面對人生下半場的挑戰。當然，醫生就如足球教練般，擔當叫重要的角色，但病人本身的心理素質、鬥志和實際行動，才是勝敗的關鍵，與其自怨自艾，倒不如視之為生命再造的機會，動作治療，改善健康，避免重複**中風**，回報家人、朋友的關愛。

**中風**的後果可大可小，除了做好預防措施，防患於未然外，也許我們亦應該學習在繁忙的生活裏，珍惜每天健康活叫的日子，感受身體可以如常走路、說話、吃飯這一份「尋常」背後所隱藏的莫大幸福。

香港電台電視節目《醫生與你》逢星期三，晚上 7 時，在亞視本港台播映，港台網站 tv.rthk.hk 視像直播及提供重播。