

# 20萬港人腦血管窄易中風

【本報記者報道】中文大學的研究顯示，香港每年約一萬名中風病人中，約有一半是腦血管狹窄引致，研究又推算香港二十萬人有腦血管狹窄，但未出現病徵，有腦內科專家表示，腦血管狹窄在中國人十分常見，患高血壓及糖尿病的中年人要特別留意，建議這類高危人士盡快檢查腦血管，減低中風的危機。

六十一歲的關女士，除了有高血壓，沒有其他病痛，但幾個月前突然輕微中風，四隻手指麻痺，走路亦出現不正常的狀況，立即前往求醫，進行磁力共振檢查後發現腦兩條血管塞了，即俗稱的中風。

現時香港每年有大約一萬名市民因中風入院，中大的研究顯示，當中大約一半是腦血管狹窄引致。中大內科及藥物治療學系腦內科主任黃家星謂，一般出現腦血管狹窄可能是由於糖尿病、血壓高或膽固

醇高，經數十年積聚而成，板塊若一直穩定便沒有問題，但如果血管愈來愈窄，可能會引致血塊在中間形成，造成中風。

## 多運動清淡飲食減危機<sup>1</sup>

黃家星謂，根據流行病學的調查結果推算，香港有大約二十萬人的腦血管出現狹窄但從未有病徵，每五十三分鐘便有一人中風；而曾經中風的人之中，有六分之一人會在一年內再次中風，情況還會比較嚴重。而隨著人口老化，腦血管窄的人二十年後會多兩倍，有大約六十萬。

他表示，香港人一般超過二十歲就開始血管硬化，最好的預防辦法是多做運動，飲食清淡、不吸煙，以及定時量血壓，他又建議，患有高血壓、糖尿病的中年人，要特別留意健康，並檢查腦血管是否有狹窄的問題。

中文大學研究顯示，香港每年約一萬名中風病人中，約一半是腦血管狹窄引致，研究又推算香港約20萬人有腦血管狹窄，易患上中風，建議多作運動、清淡飲食。