

早發性中風

近日，筆者收到朋友通知，她的家人中風了。雖然經常都有中風病患者到診，但是朋友的家人還年輕力壯，更是家庭支柱，中風後難免會徬徨，希望盡早獲得醫療支援。我亦急切想與讀者們分享中風應用知識及服務，盼能幫到更多有需要的人。

現時網上資訊發達，有關中風成因、症狀、治療、預防方法、相關支援等都已有很詳盡的資料。近年，中心診所內收到不少早發性中風患者，年齡介乎55至60歲，出現年輕化趨勢。在2001至2021年期間，香港年輕中風發病率亦增加約三成，情況確實令人憂慮。

故此，讀者們及年輕人在日常生活中應實踐健康的生活模式，並管理中風風險因素，控制三高，定期檢測血壓、血糖及血脂狀況，可降低中風風險，亦有助及早安排介入或治療。朋友的家人雖然已穩定控制血壓及血脂，但工作繁忙、生活壓力大、心理及遺傳因素仍有機會導致中風。慶幸他早已有一定程度的認識，當察覺身體有不對勁時，立即求醫。

治療方面，現時公營醫療及復康服務資源有限，一般而言，完成中風後8至12星期的復康訓練，多建議離院回家休養。社會福利方面，主要為60歲以上長者或經濟有困難

人士提供資助及社區支援服務。對於60歲或以下人士，相應的復康服務及資源則較少，患者及照顧者需四處搜羅適切的訓練，承受頗大心理及經濟壓力。有見及此，筆者於賽馬會流金匯建立由物理治療師主理，專為離院中風患者而設的CCRP持續社區復康計劃及SMART REHAB中風復康計劃，通過創新復康器材，促進患者在社區持續進行復康，改善活動及自我照顧能力，與中風患者及照顧者同行復康之路，一同為健康打拚！

賽馬會流金匯致力於社區內散播基層健康種子，並由跨界別專業團隊提供度身訂造的服務或作適切轉介，讓社區人士長遠地活出健康、喜樂及積極人生。詳情可致電3763 1000查詢。 作者為賽馬會流金匯中心經理及高級物理治療師