

腦友心
「社會人士對中風疾病之認識」發佈會
2004年11月12日

新聞稿

背景

「中風」是香港第三號「致命殺手」，而且會為患者及家屬帶來長期及嚴重的後遺症。現時香港每年大約有二萬人中風，而全民中風率(2.8%)更高於其他先進國家；例如美國(2.4%)。中風雖然可怕，但如果對它有正確的認識，實踐健康的生活習慣，中風的機會便可以大幅度減少。

	2001 香港	2002 美國
人口(約數)	7,000,000	200,000,000
累積中風人數	大約 200,000	4,800,000
平均發病率	2.8%	2.4%
當年中風人數	24,702	942,000
當年死亡人數	3,130	162,672
死亡率	12.7%	17.3%
致死病因排名	3	3

有見及此，由五個腦科病人自助組織（腦同盟、新健社、慧進會、風之友及腦友滙）合辦，致力推廣正確腦科疾病訊息的合作團體——腦友心，於本年八月進行一項「社會人士對中風疾病之認識」的調查，希望藉此喚起社區人士對中風疾病的認識及健康的生活習慣之重要性。

調查結果

調查完畢後，我們合共回收 1,353 份問卷。調查顯示，中風疾病雖然普遍，但只有一成半人完全認識中風的成因、後遺症及先兆，有八成多人對中風的認識不夠，反映出大眾對中風的認識及警覺性偏低。尤其對中風的先兆認識不足，以為是小病不理（例如視力減弱、重影及瞬間失明等），到最後就會失去預防的機會了。

另外，調查發現近七成被訪者沒有定期身體檢查的習慣，令自己無法及早預防如血壓高、糖尿病及膽固醇過高等導致中風高危的疾病。因為這些高危疾病可能沒有病徵，若沒有定期的監察，就會失去可以預防的機會了。

香港人生活緊張，經常為工作及生活處於長期壓力中，而且飲食作息也不定時，長此下去，弄至百病纏身。若港人可適當地調節工作及生活的壓力，改善飲食及生活習慣，過些簡單而有規律的生活，以及定期為自己的健康評分，這樣才可以徹徹底底逃離中風的陰霾，而且更可免除其他疾病帶來的痛苦。

我們的建議

透過是次調查，我們建議市民養成每年進行健康檢查的習慣，以及建立健康的生活習慣，藉此建立預防中風的第一道屏障。其次，我們會將結果知會香港醫務衛生署及醫院管理局，要求推行適當措施加強市民對預防中風的意識，只有市民具備預防中風的意識和常識，才能減少中風的機會，因而節省政府的資源。

最後，腦友心及各腦科病人自助組織會加強推廣預防中風的活動，例如：分區展覽、專題講座及分享會等等。

另外，腦友心現已設立一條熱線「腦友心熱線」：2794-8811 供市民查詢有關中風及腦科疾病的問題，及「腦友心網站」：www.braincare.org.hk 供市民瀏覽。

如有任何查詢，可致電 2338-8076 與腦友心計劃主任 黃偉漢先生

日期：2004年11月12日