



腦神經外科名醫高明見，大推2招遠離中風！不失能不臥床，人生下半場更快樂

撰文：林芷揚 日期：2019年10月09日 分類：熟年夢想家 圖檔來源：陳永錚攝影





幸福熟齡



開顱手術的先驅。近幾年，他致力於推動腦中風防治，提醒民眾加強控制三高，並呼籲政府重視心律監測、頸動脈超音波這2項篩檢，以降低中風的發生率、致殘率，減少失能與臥床，樂活人生下半場！

酷暑漸漸遠離，傍晚有了些涼意，時序來到秋高氣爽的十月，寒露過後，一場別具意義的路跑活動，即將在台北清晨登場！

為響應10月29日世界中風日，國內第一場推廣腦中風防治的健康路跑活動，將於本月12日在花博公園起跑，現場將提供簡易的心律監測、頸動脈超音波檢查，期望透過初步篩檢的方式，及早揪出心血管異常，搶在腦中風發生之前，擊退這個頑劣的奪命殺手。

根據107年十大死因統計，[腦血管疾病](#)再度高居死亡率第四位，長年威脅國人生命。發起本次健康路跑活動的，正是今年80歲的[腦中風](#)權威、腦血管疾病防治基金會董事長高明見。

台灣開顱手術先驅

一天24時都在開刀

他是台灣名號響亮的神經外科醫師，更是台灣開顱手術的先驅，治療過許許多多因疾病或車禍引起腦瘤、腦出血的病患。尤其，早年有能力開腦的醫師不多，他從美國進修回台後，曾經忙到幾乎一天24小時都在開刀！

白天在台大醫院，晚上接力在當時的仁愛醫院、中興醫院、馬偕醫院等院所繼續動刀；半夜一通電話，「也是要起來。」有時忙到一天只睡2、3個小時。

年輕時精力旺盛，手術一台接一台，任務來了便全力衝刺，沒有想太多，沒有特別的紓壓方法，更沒有所謂[壓力](#)大到睡不著，「是累到馬上睡著！」「但現在年紀大了，沒辦法這樣了。」高明見呵呵笑著。

開顱手術之外，腦中風、骨刺、脊椎腫瘤、坐骨神經痛等也都是他專長的治療範圍。



幸福熟齡



4歲時提前退休，後獲聘為台大名譽教授。



現在的高明見，雖然已經不動刀，一周仍有三天門診，一天在台大醫院、兩天在遠東聯合診所，習慣找他看診的老病人仍然不少，症狀從頭暈、頭痛、腰痠背痛到坐骨神經痛都有。「大部分都是小毛病，嚴重的我就幫他轉到台大做檢查，或是讓我的學生開刀。」

醫療科技革新

中風防治進步多

這幾年，他的主力轉向推廣腦中風防治，希望喚起民眾重視高血壓、高血脂、高血糖的健康管理，更為了推動心律不整、頸動脈狹窄的篩檢，盼能減少腦中風的發生率、致殘率。



幸福熟齡



「這些年我發現，腦中風的防治特別重要。」

高明見娓娓道來，「以前中風沒有很好的藥物治療，也沒有什麼篩檢方法，大家都覺得，一旦中風好像就沒辦法了。100個中風的人裡面，大概一半會失能、失智，輕微的還可以復健，如果嚴重的，生活起居都要依靠別人，病人本身很痛苦，對家庭和社會也是很大負擔。」

「但現在科技進步，有AI（人工智慧）幫忙，心律不整和頸動脈狹窄，已經可以做到大量篩檢，也有適當藥物治療。」

「心律不整，吃一點抗凝血藥物，就能預防血栓跑去大腦或心臟；頸動脈狹窄的，可以把動脈硬塊刮掉，或是放支架撐開，讓血流不要在頸部堵住、上不去，這些都能預防腦中風！」





AI結合大數據 中風篩檢變簡單

隨著科技進步，便於攜帶、結合大數據和雲端功能的儀器推陳出新，提升篩檢的可行性。

高明見指出，本次健康路跑活動現場，備有特殊的電子血壓計，測量血壓時能同步偵測心房顫動（引起心律不整的主因），預估1~2分鐘就能完成。

另外，還有可攜式的超音波掃描器，約莫只有一台筆記型電腦的大小，「本來這種儀器像一台冰箱那麼大。」簡單掃描即可監測頸動脈狀況，並立即判讀是否異常，比醫師人工判斷更加快速方便，5分鐘就能完成一次檢查。

以上皆是透過簡易方式做初步篩檢，若有異常，再至醫院做詳細檢查，藉此達到大量篩檢的效果。

高危險群做篩檢 大幅降低中風機率

高明見強調，「65歲以上，又有代謝症候群的，像是高血糖、高血壓、肥胖這些，每10個人就1、2個心律不整。頸動脈狹窄，也是隨著年齡、肥胖、糖尿病這些因素，風險愈來愈高。」

「癌症篩檢是早期發現，但中風篩檢可以做到早期預防。如果超過65歲、有代謝症候群，又發現心律不整，3年內一半以上的人會中風！但只要吃藥治療，中風的人就能減少7成，就算中風了，也比較輕微，復健就可以恢復的，所以這很值得篩檢。」

萬一不幸中風，只要把握黃金3小時，利用血栓溶解劑（TPA）治療，就能大幅降低中風的死亡率和致殘率。「TPA十幾年前就有，但當時風險高、給付低，後來我提出獎勵辦法，鼓勵醫師使用，結果藥物使用率在5年內從1%增加到6%。以前中風可能半身不遂，現在好很多！」



幸福熟齡



隨著科技、醫療技術不斷飛躍，腦中風的防治也不斷精進。「現在我的目標，就是要把中風預防篩檢推廣到全國，拋磚引玉，讓政府了解，希望以後在各醫院、衛生所都可以篩檢。」

從一天24小時都在手術室拚搏，到現在穿梭於學會、研討會學習新知，並四處受邀演講，高明見正快樂地投身腦中風防治，日子依然過得很充實。「人生無常嘛！快快樂樂做自己想做的事情，最要緊。」

掌握樂活資訊，點我加入幸福熟齡LINE好友～