10月29日為「世界中風日」，提醒您腦中風8大危險因子「血壓、膽固醇、糖尿病史、心房顫動、吸菸史、體重、運動習慣、腦中風家族病史」，只要任何3項有異常情形，即表示屬於「腦中風高危險族」，應立即尋求專業醫師的協助；此外若有中風的徵兆，記住FAST口訣：臉部（Face）表情不對稱、雙手（Arm）力氣不一樣、或講話（Speech）變得不清楚，有任一症狀，記下時間點（Time），切勿因症狀緩解而輕忽嚴重性，一定要撥打119儘速就醫，減少失能與死亡風險。