

北京大学第一医院神经内科主任医师

吴 逊：
幸福从“头”开始



脑血管 疾病防治



• 吴 逊/编著

专 家 谈 脑血管疾病防治

吴 逊 编著

 中国社会出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

专家谈脑血管疾病防治/吴逊编著.

—北京: 中国社会科学出版社, 2006.9

(城乡社区健康管理丛书/钱信忠 李艳芳主编)

ISBN 7-5087-1249-8

I. 专... II. 吴... III. 脑血管疾病—防治

IV. R743

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 101110 号

丛 书 名: 城乡社区健康管理丛书

主 编: 钱信忠 李艳芳

书 名: 专家谈脑血管疾病防治

编 著: 吴 逊

责任编辑: 袁明望

出版发行: 中国社会科学出版社 邮政编码: 100032

通联方法: 北京市西城区二龙路甲 33 号新龙大厦

电 话: (010) 66051698 电 传: (010) 66051713

邮购部: (010) 66060275

编辑部电话: (010) 66030229 (010) 66032631

编辑部网址: www.jiankang-jia.com

经 销: 各地新华书店

印刷装订: 北京印刷一厂

开 本: 140mm × 203mm 1/32

印 张: 5.125

字 数: 77千字

版 次: 2006 年 9 月第 1 版

印 次: 2006 年 9 月第 1 次印刷

定 价: 10.00 元

(凡中国社会科学出版社图书有缺漏页、残破等质量问题, 本社负责调换)

建设社会主义新农村书屋

总顾问：回良玉

顾 问：钱信忠

编辑指导委员会

主 任：李学举

副主任：翟卫华 柳斌杰 胡占凡 窦玉沛

委 员：詹成付 吴尚之 涂更新 王英利

李宗达 米有录 王爱平

城乡社区健康管理丛书编委会

主 编：钱信忠

李艳芳（执行主编）

副主编：于 菁（执行副主编）

（按姓氏笔画为序）

于仲嘉 于鲁明 白 莉 刘洪海

赵 宏 贾 谦 梁万年 曹泽毅

编 委：（按姓氏笔画为序）

王建璋 王效道 白江滨 全海曦

刘多丽 刘建文 许政刚 吴 逊

吴树燕 张 华 张俊清 李宗浩

肖锦模 陈西宁 陈宝英 林宝华

林培炎 姚天樵 赵 霖 唐步云

殷鹤声 高 妍 高 和 曹世田

黄明延 程新延 董毅友 鲍善芬

总 序

造就新农民 建设新农村

李学举

党的十六届五中全会作出了建设社会主义新农村的战略部署。在社会主义新农村建设过程中，大力发展农村文化事业，努力培养有文化、懂技术、会经营的新型农民，既是新农村建设取得进展的重要标志，也是把社会主义新农村建设不断推向前进的基本保证。

为落实中央的战略部署，中央文明办、民政部、新闻出版总署、国家广电总局决定，将已开展三期的“万家社区图书室援建和万家社区读书活动”由城市全面拓展到农村，“十一五”期间计划在全国 1/3 以上的村委会开展农村图书室援建和读书活动，使两亿多农民由此受益，让这项造福城市居民的民心工程同时也造福亿万农民群众。中央领导同志对此十分重视，中共中央政治局委员、国务院副总理回良玉同志作出重要批示：“发展农村文化事业是新农村建设的重要内容，也是农村发展中一个亟待加强的薄弱环节。在农村开展图书室援建和读书活动，为亿万农民群众送去读得懂、用得上的各种有益书刊，对造就有文化、懂技术、会经营的新型农民，满足农民全面发展的需求，将发挥重要作用。对这项事关农民切身利益、事关社会主义新农村建设的重要活动，要精心组织，务求实效。”

中共中央政治局委员、中央书记处书记、中宣部部长刘云山

同志也作出重要批示。他指出：“万家社区图书室援建和万家社区读书活动，是一项得人心、暖人心、聚人心的活动，对丰富城市居民的文化生活、推动学习型社区建设发挥了重要作用。这项活动由城市拓展到农村，必将对丰富和满足广大农民群众的精神文化生活，推动社会主义新农村建设发挥积极作用。要精心组织，务求实效，把这件事关群众利益的好事做好。”

为了使活动真正取得实效，让亿万农民群众足不出村就能读到他们“读得懂、用得上”的图书，活动的主办单位精心组织数百名专家学者和政府相关负责人，编辑了“建设社会主义新农村书屋”。“书屋”共分农村政策法律、农村公共管理与社会建设、农村经济发展与经营管理、农村实用科技与技能培训、精神文明与科学生活、中华优秀传统文化道德与民俗民风、文学精品与人物传记、农村卫生与医疗保健、农村教育与文化体育、农民看世界等10大类、1000个品种。这些图书几乎涵盖了新农村建设的方方面面。“书屋”用农民的语言、农民的话，深入浅出，使具有初中文化水平的人就能读得懂；“书屋”贴近农村、贴近农民、贴近农村生活的实际，贴近农民的文化需求，使农民读后能够用得上。

希望农村图书室援建和农村读书活动深入持久地开展下去，使活动成为一项深受欢迎的富民活动，造福亿万农民。希望“书屋”能为农民群众提供一个了解外界信息的窗口，成为农民学文化、学科技的课堂，为提高农民的素质，扩大农民的视野，陶冶农民的情操发挥积极作用。同时，也希望更多有识之士参与这项活动，推动农村文化建设，关心支持社会主义新农村建设。

值此“新农村书屋”付梓之际，以此为序。

二〇〇六年九月

序

健康，就个人和家庭而言，是赖以生存的基本要素，只有身、心得以健康，人们才能保证生存质量和生命质量的提高，才能有益于健康年龄的延长和民族素质的提高。

全民身、心相对健康，不仅为整个社会全面发展打下了良好的自然基础，也标志着一个国家的文明和进步。

通过健康教育，不仅要将防治常见病多发病的科学知识普及给广大民众，也要使不同的群体逐步了解和掌握如何养成健康的生活方式，怎样减少和防止不良的生活习惯，从而提高健康意识和自我保健能力。为保障生存质量和生命质量的提高，要进一步使广大民众认识到，现代医学对健康的理解远不仅仅是躯体没有疾病。健康的全面含义包括着体格健壮、心理健全、人与自然、人与社会环境相互依存、相互和谐发展的新观念。

党的十六大提出要提高全民的健康素质，这为全民“健康管理”、“健康促进”、“健康维护”、“健康研究”，提出了更高的目标，也为健康教育指明了方向。

要想提高全民族健康素质，就应通过各种形式，广泛开展健康科学知识的宣传普及。

世界卫生组织研究报告，说明了健康教育的实际意义，具体指出：人体三分之一的疾病通过预防保健可以避免；三分之一的疾病通过早期发现可以得到有效控制；三分之一的疾病通过信息的有效沟通能够提高治疗效果。

世界卫生组织前总干事中岛宏博士指出：“许多人不是死于疾病，而是死于无知。不要死于愚昧，不要死于无知。”

上述，足以说明健康科学知识宣传普及的深远意义。

为贯彻落实党的十六大提出的“提高全民族的科学文化素质，传播科学知识”的精神，中央文明办、民政部、新闻出版总署、国家广电总局四部委，体察民意，满足民众需求，共同组织并举办了“万家社区图书室援建和万家社区读书活动”的暖民心活动，也是一项十分有益于广大群众健康素质提高的活动。

为此，我承应了《城乡社区健康管理丛书》主编的任务。该套丛书，是由我国营养学专家赵霖教授、急救医学专家李宗浩教授、肿瘤学专家王建璋教授、心理学专家王效道教授、心血管专家吴树燕教授、脑血管专家吴逊教授、内分泌专家高妍教授、呼吸疾病专家姚天樵教授、消化道专家许政刚教授、医药保健专家刘建文研究员、口腔医学专家林培炎教授、外科专家肖锦模教授、妇女保健专家陈宝英教授，在短期内分别编撰了高血压病、心、脑血管疾病、糖尿病、呼吸道疾病、消化道、癌症、口腔等疾病的防治，以及家庭急救、养生与保健、心理健康、膳食平衡、女性健康等科普读物，以充实城乡万家社区图书室。

嗣后，将继续组织专家分批陆续出版健康知识的相关读物。这些系列丛书，我们将本着一看就能懂，一懂就能用，一用就有效的原则展示于广大读者。为个人健康、家庭健康、社会健康，为我中华民族素质的提高作出应有努力。

钱信忠
2006年8.24.

作者简介

吴逊，1932年11月19日生于北京，满族。1956年毕业于北京医学院医学系，其后一直从事神经病学临床及教学工作，从60年代以来从事临床神经电生理及癫痫病学的研究工作，并对脑血管疾病的诊断问题有较深入的研究。发表论文86篇，其中有关神经电生理的6篇论文在美国发表。作为访问学者，曾在Johus Hopkius大学神经电生理室工作1年，并访问过法国、比利时、荷兰、英国、古巴及泰国考察癫痫病学及神经电生理学。现为北京第一医学院神经内科主任医师，并兼任中华神经科学会常务委员及秘书、《中华神经科》杂志编委、《临床脑电学》杂志副主编及北京市抗癫痫协会副会长等职务。

目 录

脑血管疾病是危害健康的常见疾病

脑血管疾病有多种多样的症状	3
脑血管疾病主要发生在中老年人	4
大脑有良好的自我保护功能	6
大脑也有其脆弱的一面	8
对高血压切不可等闲视之	10
动脉硬化是脑血管疾病的物质基础	12
对高血脂症不可一概而论	14
吸烟使患脑血管疾病的危险增高	16
酒文化的隐患	17
糖尿病也是脑血管疾病的危险因素	18
不应回避口服避孕药与脑血管疾病的关系	20
孕产妇也易发生脑血管疾病	21
遗传因素与脑血管疾病的关系	22
现今尚不可能正确预报脑血管疾病	24
21 世纪将是一个健康的世纪	26

脑出血症状的多样性

脑血管疾病的分类	31
脑出血是脑血管疾病中症状最严重的一类	33
半身不遂是脑出血最常见的症状	34
失语是人类特有的症状	36



凝视病灶是一种有定位意义的症状	38
拇趾上翘意义非凡	40
脑叶出血的症状多种多样	41
脑室出血是脑出血中症状最危险的	44
小脑出血也有其温和的一面	46
脑干出血症状复杂	47
大脑外面颅腔内出血也是出血性脑血管疾病常见的部位	50
脑出血的十字路口	51

缺血性脑血管疾病的危害

缺血性脑血管疾病可使中老年人严重致残	55
可以恢复的缺血性脑血管疾病是短暂性脑缺血发作	55
中老年人发生眩晕并非都是椎基底动脉供血不全	57
细如发丝的动脉阻塞同样可以损伤大脑功能	59
脑梗塞最常见的症状也是半身不遂	61
以精神症状为主的脑梗塞	63
以视野缺损为主要症状的脑梗塞	65
脑干梗塞的特殊症状是交叉性症状	66
有多种原因可以使脑血管阻塞	68
颅内静脉系统同样可以发生血栓形成	70

医生诊断脑血管疾病的依据

医生根据什么诊断脑血管疾病	75
脑脊髓液检查曾为脑血管疾病的诊断立下汗马功劳	76
CT的发明为脑血管疾病的诊断带来划时代的变化	78
磁共振成像比CT更敏感	80
超声医学的领先技术经颅多普勒超声	82
数字减影技术提高了脑血管造影的精确程度	84

血液流变学揭示了血液流动的奥秘	86
全面化验检查可以及时发现合并症	87
痴呆可能是脑血管疾病的后果	89
警惕脑血管疾病后发生癫痫的可能	90
脑血管疾病的其他合并症	92
脑血管疾病也是猝死的原因之一	94
脑血管疾病与心脏疾病关系密切	95
肺、肾功能不全与脑血管疾病的关系	97
血液病可以在动脉没有粥样硬化时引起脑血管疾病	98
颅内动脉炎性病变也是脑血管疾病的原因	100
与脑血管疾病有关的其他疾病	101

脑血管疾病的治疗

脑血管疾病的治疗仍然是非常棘手的问题	107
脑出血的治疗应以降低颅内压为重点	108
应严格掌握脑出血的手术治疗	109
特殊出血性脑血管疾病的治疗	111
脑梗塞的治疗多种多样	112
溶栓疗法只适用脑梗塞的早期, 对后遗症是无效的	115
短暂性脑缺血发作的治疗	116
脑血管疾病降血压治疗应适可而止	118
脑血管疾病急性期出现体温增高及呃逆的治疗	119

脑血管疾病的康复

康复的现代概念	125
瘫痪肢体的功能康复	126
瘫痪肢体疼痛阻碍病人的康复	129
肩关节半脱位阻碍上肢功能恢复	130



肢体瘫痪时常伴有肿胀	132
瘫痪在床的病人应像婴儿一样学习运动的能力	134
帮助上肢功能恢复的方法	135
从卧床到站立是一大飞跃	137
迈出人生的第二步，让瘫痪病人走起来	138
健侧康复训练不容忽视	140
康复中应掌握最佳的锻炼时间和强度	142
大小便障碍的康复	143
帮助病人克服因失语造成的封闭感	145
在康复中应帮助病人稳定情绪	147
恢复工作是可能的	149

脑血管疾病是危害 健康的常见疾病

脑血管疾病有多种多样的症状

脑血管疾病指的是因颅内血管病变引起大脑结构损伤及功能障碍出现的一系列症状，又叫中风。其实中风一词来自祖国医学，早在黄帝内经中就有记载。喻其发病之急“如矢石之中人，骤然而至也”。“头为精明之府”，“血之与气，并走至上”。这就明确指出中风的部位在于大脑。但是中西医毕竟是两个不同体系，所以中风的传统内容不完全等同于脑血管疾病，只是延用至今使中风一词西医化而专指脑血管疾病。

脑血管疾病是这类疾病的总称，包括了不同病因，表现各异的多种病变。就其主要病变而言可以分为两大类，即出血性和缺血性脑血管疾病。

出血性脑血管疾病指的是血液溢出于血管之外，侵蚀、压迫大脑产生症状。因出血的部位不同而有相异的症状。如果大脑实质内出血，可以出现半身不遂（偏瘫），语言障碍（失语）等症状，叫作脑内出血。有时出血于脑表面一层蛛网膜的下面，剧烈头痛是最常见的症状，叫作蛛网膜下腔出血。不仅如此，出血也可以发生于大脑最外面一层叫作硬脑的下方或外面，叫作硬膜下血肿或硬膜外血肿，颅脑外伤常是这种出血的原因。

与出血性脑血管病完全相反的是缺血性脑血管病。在大脑某一区域血液供应明显减少或完全中断，使这一区域内的神经细胞像缺水的禾苗一样渐渐枯死，在医学上叫作脑梗死，过去也叫脑梗塞。受害的范围可以小到几毫米叫腔隙性梗死，也可以大到一个脑区。造成血流减少的原因可以是在脑内动脉壁形成血液凝块，也可以是随血液流动的小小异物，如同一个脱离轨道的陨石



击中地球，突然阻塞大脑内的血管造成脑组织梗死。譬如从有病变的心脏瓣膜上剥脱下来的小块附着物，或误入血液的空气或油滴。

如果大脑供血减少的程度尚可以勉强维持大脑功能，在一般情况下不会出现症状。但在需要量增加时就难以满足需要而缺血产生症状，一旦需要量减少，症状也会随之消失，这叫一过性脑供血不全。就像炎热夏天一组负荷过重的自来水系统，只能涓涓细流般地供给各家使用，如果某家用量大增，其他家庭就会滴水皆无。有些病人的全身供血系统也会出现类似情况而造成脑缺血，这叫盗血现象。

可见脑血管疾病实际上包括了多种病变过程，因此临床上出现的症状也很复杂。决定症状的是大脑什么部位受到损害，在下面将详细介绍。

脑血管疾病主要发生在中老年人

过去说“人生七十古来稀”，在今天 70 岁已不算稀罕。人口老龄化的趋势正在加速发展。1994 年末我国已有 17 700 万老年人，2000 年以后我国将成为名符其实的老龄社会。人们时常把“老”字前面加一个“衰”字，以衰老两字概括老年人，这虽不完全恰当，却是不容回避的事实。生命是有限的，在单细胞生物就已经有了衰老过程。人体各个脏器，以至于各种细胞也会衰老。脑血管疾病就是血管壁衰老的后果，所以脑血管疾病主要发生于老年人。

据统计全球每 10 万人中有 500~700 人患脑血管疾病，而我国每 10 万人中有 266.94 人不幸患病。这不得不引起我们的重