

常见病彻底图解

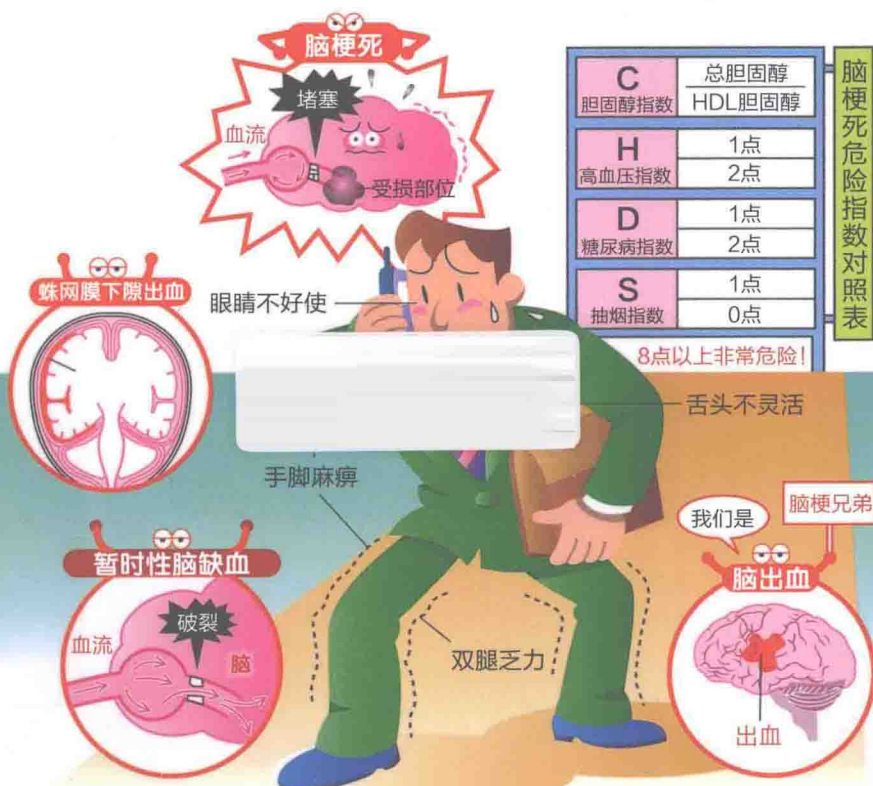
彻底图解

脑梗死

主 编 (日) 作田 学

翻 译 韦克利

翻译主审 杨英豪 潘万旗



常见病彻底图解



脑梗死

认识脑梗死前兆，使血流畅通，克服后遗症

主 编 （日）作田 学（杏林大学医学部）

翻 译 韦克利（河南农业大学）

翻译主审 杨英豪（河南中医学院亚健康研究所）

潘万旗（河南中医学院亚健康研究所）

河南科学技术出版社
· 郑州 ·

TETTEI ZUYKAI NOUKOUSOKU supervised by Manabu Sakuta

Copyright © Manabu Sakuta 2002

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Houken Corp., Tokyo

This Simplified Chinese edition published by arrangement with Houken Corp., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd., Beijing

日本株式会社法研授权河南科学技术出版社在中国大陆独家发行本书中文简体字版本。

版权所有，翻印必究

著作权合同登记号：图字16-2011-142

图书在版编目（CIP）数据

脑梗死/（日）作田 学主编；韦克利译．—郑州：河南科学技术出版社，2014.3

（常见病彻底图解）

ISBN 978-7-5349-6855-6

I. ①脑… II. ①作… ②韦… III. ①脑栓塞-诊疗-图解
IV. ①R743.33-64

中国版本图书馆CIP数据核字（2014）第047062号

出版发行：河南科学技术出版社

地址：郑州市经五路66号 邮编：450002

电话：（0371）65737028 65788639

网址：www.hnstp.cn

策划编辑：马艳茹

责任编辑：高 杨

责任校对：马晓灿

封面设计：李 冉

版式设计：孙 嵩

责任印制：朱 飞

印 刷：郑州文华印务有限公司

经 销：全国新华书店

幅面尺寸：140 mm × 202 mm 印张：6.375 字数：100千字

版 次：2014年3月第1版 2014年3月第1次印刷

定 价：26.00元

如发现印、装质量问题，影响阅读，请与出版社联系并调换。

尽早认识到身体的异常，将后遗症降到最低程度

十几年前，脑卒中位居日本死亡原因的首位。近年来，随着预防方法和治疗手段的提高，此病的死亡率有所下降，但是患脑卒中的人数并没有减少。

到目前为止还呈增加趋势的是脑梗死。脑梗死是由于脑部血管堵塞，导致血流不通，致使脑细胞部分死亡的一种恐怖的疾病，会形成各种各样的后遗症。这不仅对患者本人，对患者家属也会造成肉体上、精神上、经济上的负担。

为了使这种不幸降到最低程度，重要的是在患了脑梗死之后要争分夺秒，尽量使患者在发病后3小时之内得到医治。这是因为，在发病后立即就医的案例中，有人完全治愈了失语或者身体一侧的麻痹，这绝不是幸运，身体在脑梗死发作之前就已经有异常了，也就是说，如果能够早期认识到病变，仅此就可以接受更好的医治。

同样是血管堵塞的疾病，心肌梗死或者心绞痛会引起胸部压榨性疼痛，所以一般不会导致发现病情后拖延的情况。但是，脑梗死的症状是身体的一侧出现麻痹、

半身感觉异常、走路异常、复视、失语、意识障碍，这样的症状并没有伴随明显的疼痛，只是身体的一部分陷入不正常状态。

所以，脑梗死常会被认为是喝了一点儿酒导致的身體不适，睡一觉就没事了。很遗憾，这样就错过了最佳的治疗时间。本书教给大家早期发现异常的方法。

每个人都可能会得脑梗死。我们应该再仔细查找我们体检的各项数据，改正我们的生活习惯。过了50岁，就需要重新审视自己的身体和生活习惯：抽烟的应该戒掉，肥胖的人有必要进行减肥。养成重视身体的习惯，这样可以帮助我们预防和及早发现脑梗死。

此外，如果万一脑梗死已经发作，本书会教给你最好的治疗方法。脑梗死在发病的时候是最严重的，换句话说，如果进行有效的治疗，完全可能有明显的好转。即使严重的失语、麻痹、感觉障碍，随着时间的推移，都会减轻。请参考这本书来进行康复。

脑梗死这种疾病，即使好转之后也不能大意，没有比脑梗死复发更痛苦的事情了。本书会介绍哪些事情不能做，哪些事情可以做，而且要乐观地面对生活。

杏林大学医学部神经内科教授 作田 学

目录

第1章 突然发作前也有征兆 1

脑梗死是使人生发生突变的恐怖疾病 2

占脑卒中六成以上的脑梗死是什么 2

死亡率降低了，但是留有后遗症的人却增加了 4

引起脑卒中的两种类型的血管障碍 6

出血导致脑部损害的“出血性脑卒中” 6

脑出血最大的原因是高血压 8

引起突发性剧烈疼痛的蛛网膜下隙出血 10

脑细胞缺少氧气和营养的缺血性脑卒中 12

脑血管堵塞的原因不同，导致不同类型的脑梗死 14

动脉硬化的发展导致脑血管狭窄，形成脑血栓 14

脑栓塞是由于在心脏中形成的血块堵塞脑血管 16

脑部血流阻断5分钟，脑细胞就会死亡 18

不要忽视这样的症状 20

运动麻痹的征兆——吃饭时筷子掉落 20

正确理解语言障碍——舌头不灵，说出莫名其妙的话 22

感觉或视觉是否有异常——半身麻木、一个物体看成两个 24

脑梗死可以预防——这样的人尤其要注意 26

堵塞脑血管的“敌人”是我们常年积累的生活习惯 26

高血压——早期发现和合理治疗 28

胆固醇——合理的膳食 30

糖尿病——适度的运动和合理的膳食改善肥胖 32

抽烟——烟对身体有百害而无一利 34

你的危险预测指数是多少 36

脑梗死真正发作前的征兆，是暂时性脑缺血发作 38



避免脑梗死易发的状况 40

脑梗死突然发作时…… 42

首先要叫救护车 42

救护车来之前需要做的事情 44

第2章 修复堵塞的血管，使血流通畅的方法 47

脑梗死的急救措施和检查 48

发作后的治疗计划 48

在医院进行的急救措施 50

脑梗死是这样检查的 52

不是立即给脑部做手术——脑梗死的紧急治疗 60

急性期不降低血压 60

消除脑部水肿 62

通开堵塞血管的血栓溶解疗法 64

什么是血管内治疗 66

保护大脑的新药 68

预防脑梗死复发的抑制血流凝固药物 70

手术对于脑梗死的疗效 74

只有血流通畅，大脑才有活力 76

改善使血管不畅的黏稠血液 76

治疗后遗症的改善血流的药物 78

并发症的治疗也很重要 80

脑梗死容易引起的并发症 80

脑梗死的元凶——心脏病 82

脑梗死的预后要很长时间 86

第3章 提高生活能力的康复训练 89

有可能留下的后遗症 90

冷静接受后遗症，积极乐观地对待 90

大脑障碍部位不同，后遗症也不同 92

最常见的是半身不遂 94

语言障碍过了6个月后仍能恢复 96

视觉或感觉上留下障碍 98

右脑障碍引起的“失认”“失行” 100

情绪焦虑也是后遗症的一种 102

发病1~3个月是分水岭 104

重新找回失去的生活能力 106

决定患者病后人生的康复训练 106

充分运用剩余身体的功能 110

患者的努力和家人的鼓励能够提高康复训练的效果 112

恢复基本运动功能的康复训练——运动疗法 114

身体有麻痹时的睡觉方法 114

预防关节和肌肉僵硬、变形的运动 117

首先从能在床上起来开始 120

用轮椅扩大自己的行动范围 122

从站立到行走 124

其他的康复练习 128

与日常生活相关的康复训练——作业疗法 128

改善语言障碍的康复训练——语言疗法 130

通过舌头、脸部肌肉操练习，完成顺利会话和吃饭 132

加快麻痹的恢复，减轻疼痛的康复训练——温热疗法 134

第4章 出院后的生活方式 137

终于要出院了——保证有能够安心生活的环境 138

出院前应该准备的事情 138

多花心思，使在家中的活动更轻松、更安全 140

卧室要明亮，尽量靠近客厅 142

改建房屋要和康复的专门人员进行商量 144



- 护理的原则是“督促患者的自立” 146
 - 尽量养成自己的事情自己做的习惯 146
 - 家人要有体谅之心，给予温暖的守护 147
- 自己整理自己的衣着 148
 - 洗脸、刷牙的诀窍 148
 - 穿衣服也是康复练习 150
- 让身心在浴室得到放松 154
 - 洗澡前进行安全确认 154
 - 洗澡的方法 156
 - 不能洗澡时 158
- 患者期望的“能独自上厕所” 162
 - 如果能动，就自己解决 162
 - 使用尿不湿是最后的选择 164
- 吃饭是一种重要的康复方法 165
 - 和大家一起吃，并要自己动手吃 165
 - 护理患者吃饭时需要注意的事情 168
- 减轻护理的负担 170
 - 一个人无法背负的负担 170
 - 帮助减轻护理负担的服务 172
- 为了不再复发而进行的自我护理 174
 - 严格控制高血压 174
 - 自己管理自己平日的血压 176
 - 能否戒烟，关系着预后的效果 178
 - 适度运动和饮食疗法可以预防和改善肥胖 180
 - 饮酒要适度 182
 - 注意冬季的温度差和夏季的脱水 184
- 找到活着的价值，享受人生 186
- 难解病名及医学用语解说 188

第1章

突然发作前 也有征兆



脑梗死是使人生发生突变的恐怖疾病

占脑卒中六成以上的脑梗死是什么

有人昨天还正常地工作，今天突然就失去意识倒下，被救护车送到医院。虽然捡回一条命，但是可能导致他的手脚不能活动，或者卧床不起。

这是脑梗死的典型例子。读者是不是也听说过身边有人因为脑梗死而瘫倒呢？

脑梗死是由于大脑血管堵塞引起脑组织破坏的疾病。症状表现多样，大多是丧失意识、身体不能动。严重的可能因此丧命。

出现相同症状的疾病还有脑出血、蛛网膜下隙出血等，这些都被称为“脑卒中”。我们经常听到脑卒中这个名字，可能读者对它更熟悉。

提到脑卒中，过去脑出血占绝大多数。但是，近年来，脑出血呈现减少的趋势，但脑梗死却增加了。现在，脑卒中中六成以上是脑梗死。

那么，脑卒中是什么样的疾病呢？

脑梗死是突然袭来的疾病

刚刚还很正常
工作的人，突
然就……

刷刷

刷刷

企划

预算

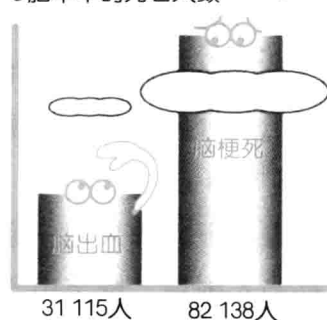
突然失去意识

身体突然无法活动

咔嚓

这些是 脑梗死 典型的案例

●脑卒中的死亡人数



有脑梗死症状的疾病统称为“脑卒中”。在脑卒中中，过去脑出血占多数，最近脑梗死急剧增加



◆ 死亡率降低了，但是留有后遗症的人却增加了

脑卒中是由于脑血管发生障碍，从而导致脑部损害的疾病的总称，在医学上称为脑血管障碍。从大的方面分为两种：一种是由于脑血管破裂、出血而引起的出血性脑卒中，一种是由于脑血管堵塞、血液不能到达脑部而引起的缺血性脑卒中。再细分的话，出血性脑卒中又可以分为脑出血和蛛网膜下隙出血；缺血性脑卒中分为脑梗死和暂时性脑缺血发作。

曾经，脑卒中是日本疾病死亡原因的首位，但是，以1980年为分界点，人口死亡原因的首位成了癌症；之后脑卒中导致的死亡一直在减少。现在脑卒中和心脏病交替成为死亡原因的第二位和第三位。

但是，脑卒中的患者数量现在并没有减少。由于高龄化的发展，患脑卒中的人数反而在增加。据估算全日本的脑卒中患者有170万人以上，而且患该病的患者3人中就有2个人留有后遗症。由于定期体检的普及和治疗水平的提高，死亡病例减少了，但是卧床不起、麻痹或者有语言障碍等严重后遗症的人却增加了。

后遗症严重的人，会需要人护理。如果是一家之主倒下的话，可能会造成全家都陷入困境。脑卒中不仅改变了患者本人的人生，也极大改变了患者家属的人生。

脑卒中的种类

脑卒中是由于脑血管发生障碍，从而导致脑部损害的疾病
的总称，在医学上称为 **脑血管障碍**

从大的方面分为两种

出血性脑卒中



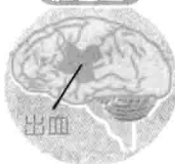
脑部血管破裂，出血引起

缺血性脑卒中



脑血管堵塞，血液不能到
达脑细胞而引起

脑出血



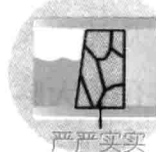
脑部出血的
情况

蛛网膜下隙出血



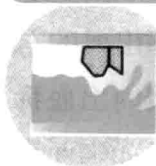
蛛网膜下隙
出血的情况

脑梗死



血管完全堵
塞的情况

暂时性脑缺血发作



血管的堵塞
是暂时的情
况



引起脑卒中的两种类型的血管障碍

◆ 出血导致脑部损害的“出血性脑卒中”

引起脑卒中的血管障碍有两种，这在前面已经讲过了，其中一种是出血性脑卒中。出血性脑卒中是由于脑血管破裂、出血而引起的。流出的血液形成血肿样的血块，形成血肿的部分脑细胞就会有异常，而且血栓压迫周围，危害会进一步加剧。

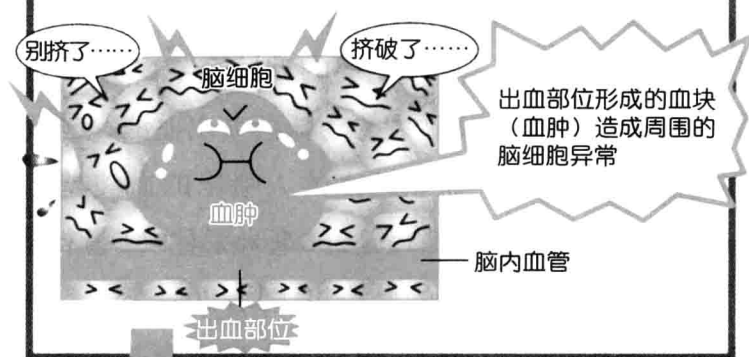
因为出血性脑卒中而形成的疾病有两种，一种是脑出血（脑内出血），一种是蛛网膜下隙出血。这两个名称也显示了出血部位的不同。

大脑是柔软的组织，所以需要坚固的头盖骨保护它。头盖骨中，从外到内依次是硬膜、蛛网膜、软膜，这三层膜包围并保护大脑。此外，蛛网膜内侧充满着脑脊髓液液体，大脑像浮在其中一样，就像豆腐浮在水中，周围用坚硬的盒子保护着一样。

头盖骨内部出血的总称是“头盖内出血”，其中脑组织内，即脑浆内出血称为脑出血（脑内出血）。蛛网膜下隙出血，正如字面意思，是蛛网膜下隙，也就是蛛网膜和软膜之间出血的情况。

出血性脑卒中的两种类型

出血性脑卒中是由于脑血管破裂、出血而引起的



由于出血性脑卒中造成的疾病，
根据出血部位的不同分为两类

2

↓

1

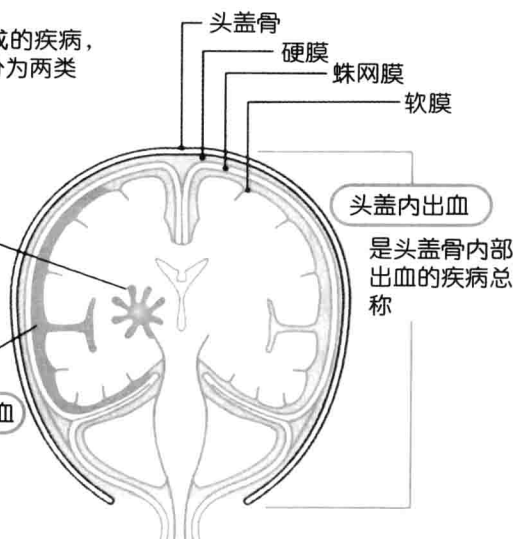
脑出血

大脑内部出血

2

蛛网膜下隙出血

蛛网膜和软膜间
出血



 脑出血最大的原因是高血压

脑出血可能是由于外伤或者肝脏疾病而引起的，病因多种多样，但最主要的原因还是由高血压引起的。

脑部细小的动脉如果常年都受到高压冲击的话，血管壁会逐渐脆弱。然后脆弱的动脉会有部分肿胀，之后会破裂、出血。从破裂的动脉会喷出血液，导致周围的脑细胞被破坏。血压越高的人喷出的血液越急，症状也越重。比如最高血压是200毫米汞柱（1毫米汞柱=0.133千帕）时，喷出的血液将达到2.6米高。脑出血的前兆可以认为是高血压，但是高血压本身并没有明显的身体症状。所以，很多人往往没有任何前兆就突然发病倒下。脑出血容易在日常活动、洗澡前后、精神紧张、兴奋时发生。轻者可能会有舌头不灵、单侧手脚麻木、轻微的麻痹症状；重者可能会失去意识、陷入昏睡而丧命。很多人虽然捡回一条命，但多数都会留下麻痹、语言障碍等后遗症。

患高血压的人，虽说没有明显症状，但是绝不能等闲视之。重要的是平时要养成定期做健康诊断的习惯，早期发现高血压。