

协和医生答疑丛书

头 痛

151 个怎么办？

主编 黄一宁
李舜伟



北京医科大学中国协和医科大学联合出版社

头痛 151 个怎么办?

——协和医生答疑丛书

主编 黄一宁 李舜伟

北京医科大学
中国协和医科大学 联合出版社

图书在版编目(CIP)数据

头痛 151 个怎么办/黄一宁,李舜伟主编,一北京:北京医科大学、中国协和医科大学联合出版社,1998

(协和医生答疑丛书)

ISBN 7-81034-834-5

I. 头… II. ①黄…②李… III. 头痛-防治 IV. R741.041

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 14048 号

头痛 151 个怎么办?

——协和医生答疑丛书

黄一宁 李舜伟 主编

责任编辑:李春宇

*

北京医科大学
中国协和医科大学联合出版社出版

北京京东印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

*

787×1092 毫米 1/32 4.125 印张 字数:89 千字

1998 年 9 月第一版 1998 年 9 月北京第一次印刷

印数:1—8000

ISBN 7-81034-834-5/R·832

定 价:9.50 元

前 言

世界上几乎没人不经历过头痛,有些人对头痛不以为然,从而耽误了诊断和治疗;有些人则被头痛折磨得四处求医,耗尽人力、物力和财力。我们作为医务人员总是为未能帮助这些不幸的人们摆脱苦难而自责。我们有责任让人们认识头痛,帮助他们从痛苦的困扰中解脱,回到正常、舒适和美好的生活中。为此,我们编写了这本小册。目的是让读者对头痛常见的病因、表现形式、临床诊断和现代治疗有比较全面的了解。

我们由衷地期望本书能对您的身体保持健康有所佐益。也希望聆听到您的见解和经验,不断丰富我们的知识,帮助更多的人战胜病痛。

编 者

1998年3月25日于北京

目 录

一、概述

1. 什么是疼痛? (1)
2. 到医院看头痛时, 为什么向医生述说病史特别重要? (2)
3. 因头痛就医时, 应向医生说清楚哪些问题? (2)
4. 头痛的历史有多久? (3)
5. 我国古代对头痛有什么研究? (4)
6. 应如何正确认识 and 对待头痛? (5)

二、头痛解剖生理基础

7. 我们的大脑是怎样分工的? (6)
8. 头痛是怎样发生的? (7)
9. 引起头痛的主要原因是什么? (9)
10. 什么样的头痛应该到医院看病? (10)

三、头痛的分类

11. 头痛有多少种? (12)
12. 头痛越严重, 是否意味疾病越严重? (14)

四、血管性头痛

13. 血管性头痛应该怎样检查 and 治疗? (15)

(一) 偏头痛

- 14. 什么是偏头痛? (16)
- 15. 偏头痛常见吗? (16)
- 16. 常见的偏头痛有哪些类型? (17)
- 17. 什么人容易患偏头痛? (19)
- 18. 偏头痛发作有什么诱因? (19)
- 19. 偏头痛与月经有关系吗? (20)
- 20. 为什么偏头痛与月经有关系? (20)
- 21. 绝经后偏头痛会减轻吗? (20)
- 22. 口服避孕药与偏头痛有关系吗? (20)
- 23. 偏头痛遗传吗? (21)
- 24. 偏头痛最常见的先兆是什么? (21)
- 25. 在偏头痛发作前视物不清, 会不会永久失明? ... (22)
- 26. 偏头痛病人会偏瘫吗? (22)
- 27. 偏头痛会死人吗? (23)
- 28. 偏头痛患者有必要做头颅计算机断层扫描 (CT)
和核磁共振断层扫描 (MRI) 吗? (23)

(二) 丛集性头痛

- 29. 总是在固定的季节、固定时间发作的头痛是什
么病? (23)
- 30. 丛集性头痛有什么特点? (24)
- 31. 丛集性头痛怎样治疗? (25)
- 32. 怎样预防丛集性头痛发作? (26)

(三) 高血压与头痛

- 33. 高血压为什么会造成头痛? (27)
- 34. 引起高血压的常见疾病是什么? (28)
- 35. 高血压有什么表现? (29)

- 36. 不服药能治疗高血压性头痛吗? (30)
- 37. 根据头痛程度来调整降压药的用量是否可行? ... (31)
- 38. 常用的降低血压药物有哪几类? (31)

(四) 其它血管性头痛

- 39. 吃冰激淋会引起头痛吗? (32)
- 40. 什么是中国餐馆综合征? (33)
- 41. 治疗头痛的药物也可以引起头痛? (33)
- 42. 有人为什么喝酒后会头痛? (34)
- 43. 为什么有人在剧烈活动后头痛? (35)
- 44. 频频咳嗽会引起头痛吗? (35)
- 45. 性生活会引起头痛吗? (36)

(五) 中风与头痛

- 46. 脑出血会引起头痛吗? (36)
- 47. 脑出血病人急性期头痛时应该注意什么? (37)
- 48. 脑梗塞会不会头痛? (38)
- 49. 脑血管闭塞时也可能仅有头痛吗? (38)
- 50. 蛛网膜下腔出血为什么有剧烈的头痛? (39)
- 51. 蛛网膜下腔再出血有什么表现? (40)
- 52. 颅内血管畸形会引起头痛吗? (41)
- 53. 脑动脉硬化会头痛吗? (41)

五、紧张性头痛

- 54. 紧张性头痛是什么病? (43)
- 55. 长期工作疲劳、紧张为什么会引起头痛? (44)
- 56. 紧张性头痛有什么表现? (44)
- 57. 吃饭或咬东西时出现头痛是怎么回事? (45)

六、心理因素引起的头痛

- 58. 焦虑也可以引起头痛? (46)
- 59. 焦虑有什么表现? (47)
- 60. 对焦虑病人该怎么办? (48)
- 61. 抑郁症的病人也会头痛吗? (48)
- 62. 郁抑症主要有哪些表现? (49)

七、颅内压改变引起头痛

- 63. 站立时头痛, 平卧时缓解是什么原因? (50)
- 64. 为什么会在腰穿后出现头痛? (51)
- 65. 颅内高压引起的头痛有什么特点? (51)
- 66. 引起颅内压增高的原因有哪些? (53)
- 67. 什么是良性颅内压增高? (53)
- 68. 良性颅内高压是由什么原因引起的? (54)

八、炎性疾病引起的头痛

- 69. 脑膜炎为什么会引起头痛? (56)
- 70. 突然出现发高烧、头痛、呕吐要考虑什么病? ... (57)
- 71. 脑囊虫病与头痛有关系吗? (58)

九、颅神经炎性病变

- 72. 脸上起小水泡后头痛是怎么回事? (59)
- 73. 耳后疼痛、口角歪斜是什么原因? (60)
- 74. 面部闪电样剧烈疼痛是什么病? (61)
- 75. 老年人为什么容易患三叉神经痛? (61)
- 76. 三叉神经痛病人为什么要检查牙齿? (62)

77. 三叉神经痛能不能手术治疗? (62)
78. 什么叫枕神经痛? (62)

十、五官疾病引起的头痛

79. 牙疼还是头痛? (64)
80. 什么病可以引起耳朵周围疼痛? (64)
81. 化脓性中耳炎病人出现严重头痛时应该注意
什么? (66)
82. 鼻窦炎与头痛有关吗? (67)
83. 眼睛疾病也可以引起头痛? (68)

十一、脑肿瘤引起的头痛

84. 脑瘤是否一定有头痛? (69)
85. 头痛的一侧是不是就是脑瘤的部位? (69)
86. 脑瘤引起的头痛有什么特点? (70)
87. 垂体瘤引起的头痛有什么特点? (70)
88. 鼻咽癌常常引起头痛吗? (71)

十二、脑外伤与头痛

89. 脑外伤后慢性脑血肿有什么特点? (72)
90. 脑外伤后出现头痛, 所有的检查都正常是怎么
回事? (73)
91. 脑外伤后遗症有什么特点? (73)
92. 没有外伤也会脑内出现血肿? (74)

十三、颈部疾病引起的头痛

93. 颈椎病与头痛有关系吗? (76)

94. 怎样减轻颈椎病引起的颈部和头部疼痛? (76)

十四、儿童头痛

95. 儿童会头痛吗? (78)
96. 儿童头痛应该注意观察什么? (78)
97. 儿童头痛的常见原因有哪些? (80)
98. 有些儿童反复发作性头痛和肚子痛是什么病? ... (80)
99. 儿童的头痛也有心理因素吗? (81)
100. 什么样头痛的小孩应该做头颅 CT 或核磁共振
检查? (81)

十五、头痛的实验室检查

101. 为什么头痛病人要看神经科医生? (83)
102. 头痛病人为什么要做腰穿检查? (83)
103. 为什么有些头痛的病人需要做头颅 CT 检
查? (85)
104. 为什么有些头痛病人要做头颅 MRI 检查? (85)
105. 为什么有些头痛病人需要检查经颅多普勒
超声? (86)
106. 为什么有些头痛病人需要做脑血管造影? (86)
107. 头痛为什么要做脑电图检查? (87)

十六、头痛的治疗

108. 治疗头痛有什么方法? (89)
109. 什么是麻醉性止痛药? (89)
110. 吗啡止痛有什么好处和坏处? (90)
111. 度冷丁可以常用吗? (90)

112. 常用的麻醉性止痛药还有哪些? (91)
113. 阿斯匹林可以治疗头痛吗? (91)
114. 阿斯匹林会成瘾吗? (92)
115. 是不是任何人都可以用阿斯匹林? (92)
116. 可以用消炎痛来治疗头痛吗? (93)
117. 布洛芬比阿斯匹林的止痛效果更好吗? (93)
118. 头痛病人为什么用抗焦虑药? (93)
119. 安定为什么可以治疗头痛? (93)
120. 能长期应用安定吗? (94)
121. 硝基安定比普通的安定效果好吗? (94)
122. 氯硝安定常用于治疗头痛吗? (94)
123. 舒乐安定主要应用在哪方面? (95)
124. 佳静安定主要应用在哪方面? (95)
125. 三唑仑主要应用在哪方面? (95)
126. 抗抑郁药也可以治疗头痛吗? (96)
127. 常用的抗抑郁药物有哪些, 为什么能治疗
头痛? (96)
128. 用多虑平应注意什么? (97)
129. 阿米替林有什么作用? (97)
130. 除了打针吃药, 还有什么方法治疗头痛? (97)
131. 什么是心理治疗? (98)
132. 什么是松弛疗法? (98)
133. 什么是生物反馈治疗? (99)
134. 物理治疗对头痛有什么作用? (100)
135. 什么是经皮神经电刺激治疗? (103)
136. 催眠术可以治疗头痛吗? (104)
137. 针灸怎样治疗头痛? (106)

138. 孕妇用哪些止痛药对胎儿有危险? (106)
139. 哺乳期用哪些止痛药有危险? (108)
140. 偏头痛常用药物有哪些? (109)
141. 偏头痛能治好吗? (112)
142. 偏头痛患者生活习惯上应该注意什么? (112)
143. 偏头痛发作怎样用药? (113)
144. 防止偏头痛有什么药物? (113)
145. 什么病人应该服药预防偏头痛发作呢? (114)
146. 怎样用药防止偏头痛发作? (114)
147. 偏头痛病人治疗步骤如何? (116)
148. 麦角胺有什么作用? (117)
149. 偏头痛也可以用麻醉药治疗吗? (117)
150. 当偏头痛剧烈, 伴恶心、呕吐而不能服药,
或者口服药物无效时怎么办? (118)
151. 英明格是什么药? (118)

一、概 述

1. 什么是疼痛?

疼痛是驱使病人就医最常见的原因。其中慢性疼痛更突出。几乎没有一个人在其一生中不曾受过疼痛。但是,没有人能说清楚疼痛是什么东西。也没有疼痛的确切定义。疼痛只是个人的体验,别人无法体验到其他人的痛苦感觉。更无法用仪器客观地反应疼痛。疼痛包括两部分:首先是外界刺激引起组织损伤的直接感觉;其次是这种感觉引起的反应。疼痛是一种机体的保护措施,它告诉我们那个器官受到了损伤。这种损伤可能是器质性的,也可能是心理上的。身体上任何一个部分感受到这些刺激后,将这些刺激信号变成电信号,就像打电话一样通知大脑。周围神经系统起到了电话线的作用,将信号传导到大脑,大脑经过分析,作出相应的反应。比如在臀部打针,针扎在皮肤上产生疼痛,信号经过周围神经、脊髓传导到大脑。我们知道什么地方被扎了一下。也知道这是给自身治病,是有益的,我们就可以忍耐,接受打针。反之,脸上有一只蚊子叮咬,面部感觉到疼痛,通知大脑,大脑凭经验和对周围环境分析,知道这是有害的刺激,迅速采取相应的措施赶走或打死这不速之客。但是有些是我们自身不能去除的因素,比如脑子里长了个肿瘤,就需要医生帮助予以治疗。要是不及时治疗,最终都会引起机体的病变。所以,当我们感觉到有疼痛存在时,应及时到医院就诊,寻

找疼痛原因。

疼痛可以分为急性和慢性疼痛。急性疼痛的患者可以清楚地感觉到疼痛是什么时间发生的,在什么部位疼痛最清楚,呈爆裂样、针刺样或者是刀割样疼痛,对疼痛的性质感受很明显。实验室检查常常可以发现病变。反之,慢性疼痛的患者一般都说不清疼痛是什么时候开始的,部位也模糊不清,程度不是很剧烈,一般都可以忍受,这些病人的病因不容易搞清楚。疼痛也比较顽固,治疗效果较差。

2. 到医院看头痛时,为什么向医生述说病史特别重要?

在临床上,常常碰到一些病人因路途遥远或者行动不便自己不能到医院,几经传递将头颅CT,或者磁共振照片拿到医生那儿,希望医生马上可以给出正确的诊断和提出治疗方案。殊不知,当代的检查技术可以显示身体内微小的变异,每次花费几百以至几千元,却代替不了病人自己花几元钱挂号,亲自向医生述说病史。病史是诊断疾病性质最重要的原始资料。中医诊断的四个重要步骤包括望、闻、问、切,西医的诊断也特别强调病史的采集。疼痛是个人的体会,其他人无法替代和理解。所以病人没有就诊,不可能提供详细的病史,医生对病人就没有深入的了解,即使做了再多的检查,还是不可能作出正确的诊断。所以,病史是医生诊断最重要的依据。

3. 因头痛就医时,应向医生说清楚哪些问题?

我们要把疾病搞清楚,就要向医生说清楚疾病的来龙去脉。要是您因头痛去医院,该向医生说什么呢?也就是说医生想了解什么,才能对您的头痛作出正确诊断和治疗?

头痛因人而异，各人的文化程度、社会背景不同，对疼痛的描述都不一样。但是，别忘了说清楚几点：①疼痛的时间。疼痛是什么时候开始的，在什么时候疼痛最明显，每次疼痛持续多少时间。比如是早上起床还是下午工作后疼痛最重，或者半夜疼醒；②哪个地方疼痛最明显，有无向其它地方放射。比如两侧太阳穴，或者是枕后部疼痛，并且向前放射；③加重因素。比如：咳嗽时头痛加重；平卧或者是站立时头痛较重；吃什么东西时头痛加重，头痛时血压是否高，等等；④减轻因素。比如降低血压后头痛减轻说明与高血压有关。平卧位头痛缓解可能是由于低颅压引起。

4. 头痛的历史有多久？

随着现代社会的发展，人们的工作节奏越来越快，竞争越来越激烈，头痛的发生也越来越多。但头痛不是一个现代疾病，它几乎与人类同时降临到这个世界。古人把头痛当作鬼缠身，采用巫术、跳大神来治疗。他们认为是鬼怪在脑子里作祟而引起头痛，因此有人在头颅上钻洞，好将鬼怪驱出洞外，无形中起到了降低颅内压力的作用，使头痛得以减轻。在古埃及法老墓出土的木乃伊头上就发现有头颅骨上有洞眼。公元前 5000 年埃及就有文字记载脑部外伤后脑的外观，病人出现肢体瘫痪和头痛等现象。

公元前 10 年，希腊的医生用带电的“电雷鱼”放在病人两侧太阳穴上，鱼放电后病人头痛即减轻，这可谓最古老的电疗法。时至当今，电治疗仍是治疗头痛的一种有效的疗法。

古希腊著名医生希波克拉底对头痛进行了许多详细的描述。他描述的偏头痛为“大多数病人先觉眼前有闪光的物体，通常在右眼。最终爆发右颞部剧烈头痛，并放射到全头部以及

颈部”这段描述对目前的临床仍有一定的指导意义。

中世纪以后，人们开始用一些药物治疗头痛，并取得了很好的效果，有些药物一直沿用至今，仍然不失为治疗头痛的良药。比如罂粟碱、鸦片、可待因、曼陀罗等。

5. 我国古代对头痛有什么研究？

我国中医药和针灸对头痛进行了深入的研究，有许多文史记载至今仍炙人口。三国时期曹操头痛，名医华佗诊断为脑瘤，准备用麻沸散麻醉，然后用利斧砍开脑袋，取出病根。只因曹操不信，反而怀疑华佗谋害自己，手术才没有做成。终因头痛难忍，视力下降，精神异常而命归黄泉。从现在医学观点看，很可能是脑肿瘤引起颅内压增高，压迫视神经引起视力下降。肿瘤侵犯了管理精神活动的脑组织，比如颞叶或者额叶，从而引起了精神异常。说明早在公元2世纪我国就有深入的头痛研究，并能开颅手术。唐高宗体格肥胖，经常头痛，突然不能说话，御医诊断为风眩，用针灸在双太阳穴放血，结合药物治疗，使病情得到缓解。根据我们目前的观点看，当时李治患的就是高血压，经常发生血管痉挛和脑供血不足，经放血治疗取得一定疗效。

针灸治疗头痛起码也有两千多年历史了，治疗头痛的穴位多分布在手和足的三条阳经上，但是中医治疗头痛有严格的辩证论治，强调头痛与全身状况的关系，整体调理，不能头痛治头，脚痛治脚。几千年的历史已经证实它可以有效地缓解头痛。虽然针灸止痛的机制还不完全清楚，但是许多国家的专家已经进行了颇有成就的研究，如日本、俄罗斯、法国、德国都有专职人员进行针灸止痛机制的研究。

治疗头痛的中药更是数不胜数。发散风寒的荆芥、防风、

白芷、细辛、生姜等对感冒头痛有效；发散风热的中药有桑叶、菊花、柴胡、葛根、升麻等对发热头痛有效；活血化淤的中药有丹参、川芎、赤芍、延胡索、乳香、没药等对血瘀引起的头痛有效；安神镇惊药如酸枣仁、柏子仁、菖蒲、远志、朱砂、琥珀、牡蛎、代赭石、石决明等对失眠、惊吓引起的头痛有效。这些都是多少代人经验的结晶，是世界医药的宝库，为我们治疗头痛提供了许多有效的方法。

6. 应如何正确认识和对待头痛？

几乎所有的人都经历过头痛，只是程度不同而已。有人说头痛脑热，不是什么病，根本不要管它，休息一两天就好了。也有人认为头痛不得了，可能是脑子里面长了肿瘤，弄得吃不香，卧不安，惶惶不可终日。有些人根据自己的经验，不管什么头痛都吃去痛片，以不变应万变，结果把自己的疾病给耽误了。所以认识头痛，及时就医，了解自己头痛的原因，可以尽快摆脱头痛的困扰。

头痛确实不是一个病，它只是一个临床表现，许多疾病都可以引起头痛，甚至没病也可以出现头痛。就如同发热一样，夏天我们觉得热，穿衣服多我们也觉得热，身体发烧我们会感觉到热，精神紧张也会感到热。热只是一种临床表现，许多因素都可以引起热的感觉。头痛也是一样，它仅是一种临床表现，许许多多的疾病都可以引起头痛。我们应当把头痛看成是一种信号或警告，提醒自己去看病，也提示医生应该仔细检查，找出究竟是什么原因引起头痛。有些引起头痛的原因很简单，只要我们正确对待，不用服药，头痛也能不治而愈。有些头痛则需要我们认真对待，不能麻痹大意，以免铸成大错，终生遗憾。