

常见慢性病
防治指南丛书

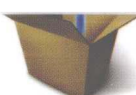
张红星 龚洁◎总主编

NAOCUZHONG
FANGZHI ZHINAN

脑卒中

防治指南

张红星◎主编



CHANGJIAN
MANXING BING
FANGZHI ZHINAN CONGSHU

常见慢性病
防治指南丛书

张红星 龚洁◎总主编

NAOCUZHONG
FANGZHI ZHINAN

中 脑 卒 中
防治指南

张红星◎主编



CHANGJIAN
MANXIN
FANGZHI ZHINAN

图书在版编目 (CIP) 数据

脑卒中防治指南 / 张红星主编. —武汉: 湖北科学技术出版社, 2012. 11 (2013. 3, 重印)

(常见慢性病防治指南丛书/张红星, 龚洁总主编)

ISBN 978-7-5352-5284-5

I. ①脑… II. ①张… III. ①中风—防治—指南

IV. ①R743. 3-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 262448 号

策 划: 陈兰平

责任编辑: 陈逸夫

封面设计: 戴 旻

出版发行: 湖北科学技术出版社

电 话: 027-87679439

地 址: 武汉市雄楚大街 268 号

邮 编: 430070

(湖北出版文化城 B 座 13-14 层)

网 址: <http://www.hbstp.com.cn>

印 刷: 湖北恒泰印务有限公司

邮 编: 430220

880×1230 1/32

5 印张

90 千字

2012 年 11 月第 1 版

2013 年 3 月第 2 次印刷

定 价: 15.00 元

本书如有印装质量问题 可找本社市场部更换

序言

心脑血管疾病、糖尿病、慢性呼吸系统疾病、恶性肿瘤等慢性病具有罹患人群广、病程长、致死致残率高等特点，已经成为威胁人们健康和生命的重大慢性病。然而与之不相适应的是，人群对这类疾病的知晓率、控制率较低，相当一部分患者因为没有早期发现，或者发现后没有进行规范的治疗而出现严重的并发症，甚至导致残疾和死亡，给患者、家庭及社会带来沉重的负担。

为此，我们组织从事临床医学、预防医学和护理学等方面的专家，在参阅大量国内外权威研究资料和最新研究成果的基础上，结合自己长期医疗实践，设计和编写了这套慢性病防治指南系列丛书。希望通过此套丛书，使广大读者了解慢性病的相关知识，提高自我管理健康的能力，有效地预防和控制慢性病的健康危害。同时，也希望通过此书，更新基层医务人员知识，提高其对常见慢性病的预防和诊疗水平，帮助更多的患者认识并正确面对自身的疾病，改善生命质量，过上健康的生活。

《常见慢性病防治指南丛书》共分六本，包括《高血

压病防治指南》、《糖尿病防治指南》、《冠心病防治指南》、《脑卒中防治指南》、《慢性阻塞性肺疾病防治指南》和《骨质疏松症防治指南》，系统地介绍了这六种常见慢性病的基本知识、预防知识、治疗知识和护理知识。它打破了传统的教科书的书写模式，将预防与治疗相结合、理论与实践相结合，采用通俗易懂的语言，为广大读者提供了一套全面、系统的学习疾病知识的普及读物。此外，该丛书对于从事慢性病预防和临床的专业技术人员和管理人员，也将具有较好的参考和指导作用。

张红星

2012年11月于武汉

目 录

知 识 篇

1. 什么是中枢神经系统? (3)
2. 人脑由哪些部分组成? (3)
3. 大脑的功能有哪些? (4)
4. 小脑的功能有哪些? (5)
5. 脑干的功能有哪些? (5)
6. 边缘系统的功能有哪些? (5)
7. 人脑的血液如何供应? (6)
8. 什么是脑卒中? (6)
9. 我国有多少脑卒中患者? (7)
10. 脑卒中的发病原因是什么? (7)
11. 脑卒中有哪些并发症? (7)
12. 脑卒中的后遗症有哪些? (9)
13. 脑卒中有哪些常见类型? (9)
14. 什么是缺血性脑卒中? (10)
15. 什么是脑出血? (11)
16. 如何区别缺血性和出血性脑卒中? (12)
17. 什么是短暂性脑缺血发作? (12)
18. 如何判断是否发生短暂性脑缺血? (13)

19. 什么是腔隙性脑梗死? (14)
20. 脑梗死有哪些症状? (14)
21. 什么是脑梗死、脑栓塞和脑血栓? (15)
22. 脑栓塞的栓子有哪些类型? (17)
23. 哪些因素影响脑血栓的形成? (18)
24. 脑栓塞的诊断标准是什么? (19)
25. 脑血栓发作时有哪些前兆? (19)
26. 脑血栓的早期症状有哪些? (21)
27. 脑血栓发作时的临床表现有哪些? (22)
28. 什么是脑出血? (22)
29. 脑出血的诊断标准是什么? (23)
30. 脑出血发生的早期信号有哪些? (24)
31. 脑出血急性发作期的血压如何变化? (24)
32. 脑出血急性发作期的体温如何变化? (24)
33. 脑出血的并发症有哪些? (25)
34. 影响脑出血的预后因素有哪些? (25)
35. 脑出血和脑梗死有什么区别? (26)
36. 脑出血后昏迷与其他昏迷有什么区别? (27)
37. 高血压性脑出血是怎样发生的? (28)
38. 梗死后脑出血是怎么回事? (29)
39. 什么是蛛网膜下腔出血? (29)
40. 蛛网膜下腔出血有哪些症状? (29)
41. 蛛网膜下腔出血的先兆和诱因有哪些? (31)
42. 蛛网膜下腔出血的并发症有哪些? (31)
43. 蛛网膜下腔出血为什么容易复发? (32)

44. 蛛网膜下腔出血的后遗症有哪些? (32)
45. 蛛网膜下腔出血为什么会并发脑积水? (33)
46. 什么是急性脑卒中“三偏征”? (33)
47. 什么是闭锁综合征? (33)
48. 什么是“球麻痹”和“假球麻痹”? (34)
49. 什么是脑疝? (35)
50. 颅内压增高是怎么回事? (35)
51. 脑卒中与癫痫发作有何关系? (35)
52. 怎样判断脑卒中患者的昏迷程度? (36)
53. 脑卒中会引起痴呆吗? (37)
54. 什么是脑供血不足? (37)
55. 脑供血不足有哪些临床表现? (38)
56. 为何称脑供血不足为老年人的“隐形杀手”?
..... (39)
57. 脑卒中患者如何实施家庭急救? (40)

预 防 篇

58. 脑卒中可以预防吗? (45)
59. 哪些人更容易患脑卒中? (45)
60. 脑卒中的诱发因素有哪些? (46)
61. 脑卒中的先兆有哪些? (46)
62. 什么是脑卒中的一级预防? (48)
63. 什么是脑卒中的二级预防? (48)
64. 脑卒中的防治原则有哪些? (48)
65. 脑卒中复发的危险因素有哪些? (49)

66. 如何预防脑卒中的复发? (49)
67. 蔬菜和水果为何能降低脑中风的危险? (50)
68. 脑卒中患者一定会瘫痪吗? (51)
69. 半身麻木会不会是脑卒中? (51)
70. 嘴歪会不会是脑卒中? (52)
71. 为什么脑卒中患者说话不清楚? (52)
72. 脑卒中患者是否都会出现失语? (52)
73. 为什么突然“糊涂”也可能是脑卒中? (53)
74. 为什么脑卒中患者会出现吞咽困难? (54)
75. 高血压患者容易发生脑卒中吗? (55)
76. 低血压会发生脑卒中吗? (55)
77. 高血脂与脑卒中有何关系? (56)
78. 糖尿病与脑卒中有何关系? (56)
79. 有心脏病或脑血管疾病史的人容易发生脑卒中吗?
..... (57)
80. 性别和种族与脑卒中有关系吗? (57)
81. 脑卒中有遗传吗? (58)
82. 脑卒中只发生在老年人中吗? (58)
83. 吸烟者容易发生脑卒中吗? (59)
84. 酗酒会增加脑卒中的危险吗? (60)
85. 肥胖与脑卒中有关系吗? (61)
86. 疲劳、情绪变化与脑卒中的发生有关系吗? (61)
87. 脑卒中的发生与季节、气候有关系吗? (62)
88. 如何控制血压预防脑卒中? (63)
89. 为什么不正确服用降压药也可引起脑卒中? (63)

90. 如何控制高脂血症预防脑卒中? (64)
91. 如何控制血糖预防脑卒中? (65)
92. 如何合理膳食预防脑卒中? (65)
93. 如何利用有氧运动预防脑卒中? (66)
94. 如何通过控制体重预防脑卒中? (67)
95. 心脏病患者如何预防脑卒中? (67)
96. 冬夏两季定期输液是否能预防脑卒中的复发?
..... (68)
97. 口服避孕药会发生脑卒中吗? (68)
98. 哪些先天性脑血管异常容易引起脑卒中? (69)
99. 为什么阿司匹林能预防缺血性脑卒中? (69)

治 疗 篇

100. 如何识别脑卒中患者? (73)
101. 脑卒中患者为什么要强调早期治疗? (73)
102. 什么叫溶栓治疗? (74)
103. 什么样的人适宜选择溶栓治疗? (75)
104. 什么样的人不适宜溶栓治疗? (76)
105. 溶栓治疗有哪些途径? (77)
106. 经常使用的溶栓剂有哪些? (77)
107. 溶栓治疗有哪些危险? (77)
108. 脑供血不足如何治疗呢? (78)
109. 脑供血不足的保健措施有哪些? (78)
110. 脑供血不足患者的饮食注意事项有哪些? (79)
111. 脑供血不足的锻炼方法有哪些? (80)

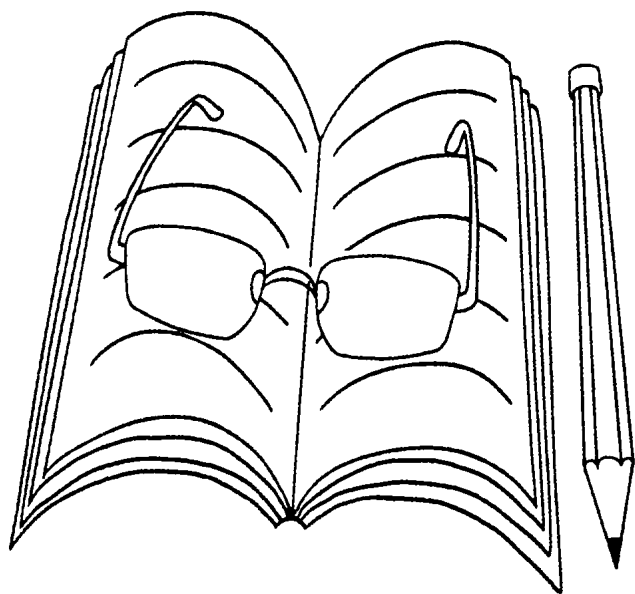
112. 抗血小板药物有哪些? (82)
113. 脑卒中患者可以使用阿司匹林吗? (82)
114. 什么是血液稀释疗法? (82)
115. 常用的脑保护剂有哪些? (83)
116. 什么是脑梗死患者的高压氧治疗? (83)
117. 高压氧治疗脑梗死有何意义? (84)
118. 脑梗死患者进行降脂治疗的益处是什么? (86)
119. 脑出血的治疗原则是什么? (86)
120. 脑出血是否一定要使用止血药? (87)
121. 怎样防止脑出血患者急性期再出血? (88)
122. 脑卒中患者应注意哪些近期并发症? (89)
123. 脑卒中患者应注意哪些远期并发症? (90)
124. 什么情况下脑出血患者需要外科手术治疗? ... (91)
125. 脑出血的预后如何? (92)
126. 脑卒中合并高热如何处理? (93)
127. 脑卒中合并肺部感染如何处理? (95)
128. 脑卒中合并上消化道出血如何处理? (97)
129. 脑卒中合并泌尿系感染如何处理? (97)
130. 为什么脑卒中常合并肾功能不全? (98)
131. 脑卒中合并糖尿病时血糖如何控制? (99)
132. 脑卒中合并下肢静脉血栓形成应注意什么? ... (99)
133. 脑卒中合并精神症状如何处理? (100)
134. 脑卒中合并抑郁症如何处理? (101)
135. 脑卒中合并癫痫如何处理? (103)

护 理 篇

136. 脑卒中后的主要功能障碍是什么? (107)
137. 康复训练的适应证和禁忌证是什么? (107)
138. 脑卒中患者何时开始功能训练? (108)
139. 脑卒中患者何时开始针灸治疗? (108)
140. 脑卒中的急性期应采取哪些康复措施? (108)
141. 脑卒中失语患者如何进行语言康复训练? (109)
142. 吞咽困难的脑卒中患者如何训练吞咽? (111)
143. 如何判断脑卒中患者瘫痪肢体的恢复情况?
..... (112)
144. 肌力如何分级? (113)
145. 瘫痪患者正确的卧床姿势是怎样的? (114)
146. 瘫痪卧床患者如何进行早期床上活动? (115)
147. 脑卒中偏瘫患者如何进行起坐训练? (117)
148. 脑卒中偏瘫患者如何进行站立训练? (117)
149. 脑卒中偏瘫患者如何进行步行训练? (118)
150. 如何帮助偏瘫患者恢复上肢运动和手功能?
..... (119)
151. 如何帮助偏瘫患者进行下肢肢体训练? (122)
152. 如何防止偏瘫患者肢痛和肌痉挛? (125)
153. 如何防止偏瘫患者肩关节半脱位? (126)
154. 如何防止偏瘫患者肢体水肿? (127)
155. 脑卒中瘫痪患者的起居生活应注意什么? (127)
156. 脑卒中患者如何训练自行更衣? (128)

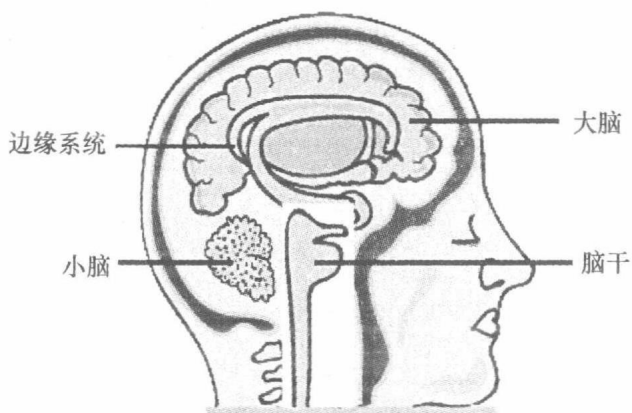
157. 脑卒中患者如何选用辅助行走工具? (130)
158. 脑卒中患者如何预防便秘? (130)
159. 脑卒中患者如何预防褥疮? (131)
160. 脑卒中发热患者如何护理? (132)
161. 脑卒中昏迷患者如何护理? (133)
162. 脑卒中合并褥疮的患者如何护理? (133)
163. 脑卒中合并痴呆的患者如何护理? (135)
164. 脑卒中合并失语的患者如何护理? (136)
165. 脑卒中合并尿潴留、尿失禁的患者如何护理?
..... (136)
166. 脑卒中后患者性格会发生改变吗? (138)
167. 脑卒中后焦虑、抑郁是怎么回事? (138)
168. 伴有精神症状的脑卒中患者如何护理? (139)
169. 脑卒中患者康复期间如何合理饮食? (139)
170. 适合脑卒中患者的畜禽类食物有哪些? (140)
171. 适合脑卒中患者的蔬菜有哪些? (140)
172. 适合脑卒中患者的水果有哪些? (140)
173. 适合脑卒中患者食补的中药有哪些? (141)
174. 脑卒中合并糖尿病患者如何饮食? (141)
175. 脑卒中合并高脂血症患者如何饮食? (142)
176. 脑卒中患者如何进行心理护理? (142)
177. 脑卒中患者的春季护理应注意什么? (143)
178. 脑卒中患者的夏季护理应注意什么? (144)
179. 脑卒中患者的秋季护理应注意什么? (145)
180. 脑卒中患者的冬季护理应注意什么? (146)

知识篇



1. 什么是中枢神经系统?

中枢神经系统是人体的指挥部，控制人体的各种活动（如呼吸、心跳）、意识、思维等，它由脑和脊髓组成。



2. 人脑由哪些部分组成?

脑是中枢神经系统的主要部分，是人体的指挥中心。成人脑重 1.3~1.4 千克，由大脑、小脑、脑干和边缘系统四部分组成。其主要功能是分析、处理人体接收到的各种信息并发出指令，控制人体做出相应的反应。脑的任何一个部分受到损害，人体都会出现相应的功能异常。

3. 大脑的功能有哪些?

大脑是最高司令部, 约占人脑的 $2/3$ 。它分左右两个半球, 每一半球上分别有运动区、感觉区、视觉区、听觉区、联合区等神经中枢。主要负责处理身体的感觉器官接收到的信息, 并对这些信息进行判断从而做出决定, 即思考、推理、知觉等功能, 而且它与我们的记忆、情绪、听觉、视觉、语言功能也有关。



正常情况下, 大脑的两个半球互相配合, 交叉发挥作用。一般左半球管右半身, 右半球管左半身; 左半球的视觉区管理两眼视网膜的左半, 右半球视觉区管理两眼视网膜的右半; 两半球的听觉区共同分担管理两耳传入的听觉信息。另外, 每一半球的纵面在功能上有层次之分, 上层管下肢、中层管躯干、下层管头部。形成上下倒置, 左右