

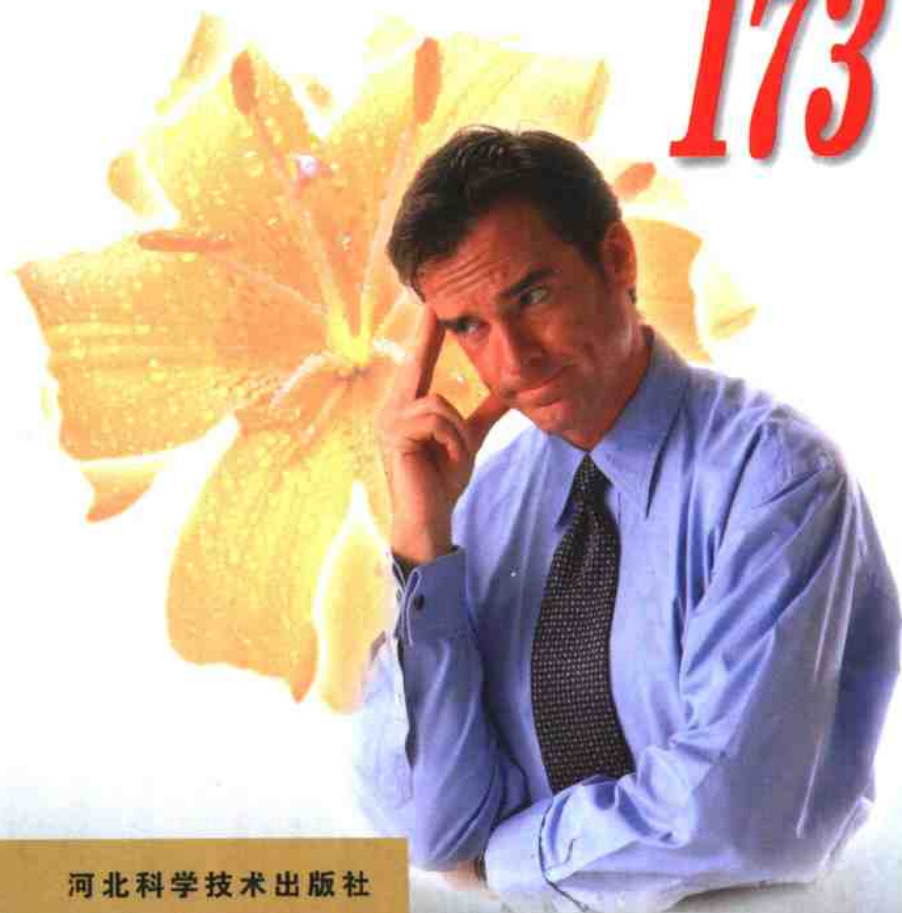
PIANTOUTONG FANGZHI 173

偏头痛防治



主编 张祥建 刘亚玲 何俊瑛 李明林

173



河北科学技术出版社



PIANTOUTONG FANGZHI 173

责任编辑 / 史林水 封面设计 / 刘英君



ISBN 7-5375-2417-3



9 787537 524179 >

ISBN 7-5375-2417-3
R · 462 定价: 9.00 元

偏头痛防治 173

主编 张祥建 刘亚玲 何俊瑛 李明林

河北科学技术出版社

偏头痛防治 173

主编 张祥建 刘亚玲 何俊瑛 李明林

河北科学技术出版社出版发行(石家庄市和平西路新文里8号)
河北新华印刷厂印刷 新华书店经销

787×1092 1/32 5.25印张 115000字 2002年10月第1版
2002年10月第1次印刷 印数 1—3000 定价 9.00元
(如发现印装质量问题,请寄回我厂调换)



前 言

大约有五分之一的人患有不同程度的慢性疼痛。疼痛一般是某些疾病的临床表现,随着原发疾病的治愈,疼痛也逐渐消失,如果疼痛持续存在,则会影响人们的生活质量。偏头痛在所有疼痛中发病率最高,已经引起医务人员的高度重视。偏头痛是自我感觉症状,使躯体和精神受到双重折磨,往往伴有情绪低落,多数病人到处求医寻药,期望寻找到解除的办法。

引起头痛的原因很多,如颅内肿瘤、脑血管病、颈椎病、癫痫、高血压等所致的头痛需要及时到大医院诊治,而神经官能症、脑外伤后遗症、紧张性头痛等属于长期慢性头痛,除药物治疗外,需要病人积极消除顾虑,心情要放松愉快,不要酗酒,尽量戒烟,避免过度疲劳和噪声,树立信心,定能收到满意的效果。另外,头痛的有关检查较多,研究进展较快,多数病人对头痛及相关检查不能有一个综合性的了解,而临床医生也难以在较短的时间内向病人全面解释清楚,为此我们撰写了这部关于头痛方面的科普性书籍。我们根据多年的临床经验,针对病人所关心的问题 and 经常提出的问题,结合头痛治疗新进展,以通俗的文字,奉献给广大的头痛病人和临床医生。

本书的宗旨是以实用为目的,重点放在偏头痛的病因诊

断和治疗上。在治疗方面,不仅强调了综合治疗,而且对于中医、中药、民间验方,以及治疗的最新用药也进行了详细的论述,对于临床所涉及的有关治疗偏头痛的药物也做了介绍,仅供大家参考。

虽然我们竭尽全力进行编撰工作,但由于水平有限、经验不足,收集资料还不够全面,书中难免有缺点和不足,我们诚挚地期望同仁们给予批评指正。

编 者

2002年8月

主编 张祥建 刘亚玲 何俊瑛 李明林

编委 (按姓氏笔画)

卜一晖 卜文胜 王惠娟 付宝生

刘亚玲 刘亚飞 刘存强 吕向东

何俊瑛 李明林 李翠兰 张祥建

沈一岩 茹一航 陈文俊 范春峰

苗江水 祝春华 康素芝 高长才

图书在版编目(CIP)数据

偏头痛防治 173 张祥建等主编. —石家庄:河北科学技术出版社,2002

ISBN 7-5375-2417-3

I. ①偏... II. 张... III. 偏头痛—防治—问答
IV. R717.2-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2002)第062-84号



目 录

·概 述·

1. 什么是头痛	[1]
2. 什么是偏头痛	[2]
3. 为什么会发生头痛	[2]
4. 哪些疾病可以引起头痛	[3]
5. 头痛有哪些诊断步骤	[4]
6. 头痛如何鉴别诊断	[5]
7. 头痛的部位与疾病有何关系	[6]
8. 头痛有哪些伴随症状	[6]
9. 头痛有哪些危险信号	[7]
10. 为什么头痛病人需要保留一份头痛日记	[8]
11. 为什么大多数头痛病人预后良好	[9]
12. 对头痛怎样分类	[10]
13. 为什么偏头痛的发病率有上升趋势	[15]
14. 为什么会发生偏头痛	[15]
15. 为什么说偏头痛与大脑内细胞电平衡有关	[17]
16. 偏头痛与体内一氧化氮有何关系	[17]
17. 偏头痛与遗传有无关系	[18]

- 18. 年龄与偏头痛关系如何 [19]
- 19. 性别与偏头痛关系如何 [19]
- 20. 偏头痛的危害有哪些 [19]
- 21. 为什么说美满的婚姻能降低偏头痛的发病率 [20]
- 22. 常见头痛的类型主要有哪些 [21]
- 23. 经常头痛怎么办 [22]

·偏头痛的诱发因素·

- 24. 哪些因素可能诱发偏头痛 [24]
- 25. 为什么过度紧张和焦虑常引发偏头痛 [25]
- 26. 为什么星期一有些学生出现偏头痛 [25]
- 27. 什么是冰淇淋头痛 [26]
- 28. 性格和精神障碍与偏头痛有无关系 [27]
- 29. 吸烟与偏头痛有无关系 [27]
- 30. 饮酒与偏头痛有无关系 [28]
- 31. 饮食与偏头痛有无关系 [28]
- 32. 为什么女性月经期易出现偏头痛 [29]
- 33. 哪些不良生活习惯或精神压力可导致偏头痛 [30]
- 34. 哪些环境因素与头痛有关 [30]
- 35. 情绪与偏头痛有无关系 [31]
- 36. 睡眠与头痛有何关系 [32]
- 37. 哪些因素可诱发儿童偏头痛发作 [32]
- 38. 头痛激发加重或缓解因素有哪些 [33]
- 39. 脑血管疾病所致的头痛有何表现 [33]
- 40. 颅内肿瘤引起头痛有何特点 [34]

- 41. 为什么鼻部疾病可导致偏头痛 [34]
- 42. 急性头痛常见于哪些疾病 [35]
- 43. 慢性头痛常见于哪些疾病 [35]

·偏头痛的特点·

- 44. 偏头痛是怎样的—种疼痛 [36]
- 45. 典型偏头痛的临床表现有哪些 [36]
- 46. 普通偏头痛的临床表现有哪些 [38]
- 47. 偏头痛的视觉先兆有哪些 [38]
- 48. 什么是偏头痛持续状态 [39]
- 49. 什么是周期性偏头痛 [40]
- 50. 什么是基底动脉型偏头痛 [40]
- 51. 什么是腹型偏头痛 [41]
- 52. 什么是眼肌麻痹型偏头痛 [41]
- 53. 什么是偏瘫型偏头痛 [41]
- 54. 什么是月经性偏头痛 [41]
- 55. 为什么青光眼可导致偏头痛 [42]
- 56. 为什么屈光不正可导致偏头痛 [43]
- 57. 青春期女性为什么容易出现偏头痛 [43]
- 58. 为什么牙痛可导致偏头痛 [44]
- 59. 为什么偏头痛常伴有恶心 [44]
- 60. 为什么偏头痛常伴有视觉异常 [45]

·非偏头痛类头痛·

- 61. 什么是非偏头痛类头痛 [46]

62. 什么是颞动脉炎性头痛	[46]
63. 什么是紧张性头痛	[47]
64. 什么是丛集性头痛	[47]
65. 什么是慢性阵发性偏头痛	[48]
66. 什么是脑外伤后头痛	[49]
67. 什么是头痛型癫痫	[50]
68. 什么是癫痫性头痛	[50]
69. 什么是出血性脑血管病性头痛	[50]
70. 什么是缺血性脑血管病性头痛	[51]
71. 什么是高颅内压性头痛	[52]
72. 什么是低颅内压性头痛	[52]
73. 什么是颈性偏头痛	[53]
74. 导致头痛的鼻部疾病有哪些	[53]
75. 神经官能症及精神病引起的头痛有哪些特点	[54]
76. 什么是脑膜炎性头痛	[54]
77. 高血压性头痛有哪些特点	[54]
78. 颅内动脉瘤引起头痛的特点是什么	[55]
79. 脑血管畸形引起头痛的特点是什么	[55]
80. 脑动脉硬化与头痛有何关系	[56]
81. 什么是心因性头痛	[56]
82. 什么是神经症性头痛	[56]
83. 什么是功能性头痛	[57]
84. 功能性头痛的主要诊断依据有哪些	[57]
85. 什么是更年期头痛	[57]
86. 什么是神经炎性头痛	[58]

87. 头部器官疾病引起头痛的特点是什么 [58]
88. 小儿偏头痛有何临床特点 [59]
89. 小儿偏头痛各型的特点是什么 [59]
90. 为什么要警惕儿童蛛网膜下腔出血导致的头痛 ... [61]

· 头痛的辅助检查 ·

91. 头痛辅助检查的一般选择原则是什么 [62]
92. 常用的头痛辅助检查有哪些 [63]
93. 如何根据头痛类型选择辅助检查 [63]
94. 为什么说详细的体格检查是寻找头痛病因的一种
有效方法 [64]
95. 头痛不同时期应选择哪些辅助检查 [65]
96. 偏头痛应进行哪些辅助检查 [66]
97. 丛集性头痛应做哪些辅助检查 [66]
98. 脑外伤后头痛应做哪些辅助检查 [67]
99. 头痛型癫痫应做哪些辅助检查 [67]
100. 低颅内压性头痛应做哪些辅助检查 [68]
101. 常见脑部疾病的脑 CT 扫描有何表现 [68]
102. 常见脑部疾病脑 MRI 有何表现 [70]
103. 常见脑部疾病脑血管造影的表现是什么 [72]
104. 脑脊液细胞学检查在诊断神经系统疾病中的意义
何在 [72]
105. 细菌感染性脑脊液细胞学有哪些改变 [74]
106. 病毒感染性脑脊液细胞学有哪些改变 [75]
107. 真菌感染性脑脊液细胞学有哪些改变 [75]

· 头痛的治疗 ·

108. 头痛的治疗原则是什么 [77]
109. 治疗偏头痛中西医各有什么特点 [78]
110. 为什么头痛切勿乱用药 [78]
111. 头痛的家庭护理应注意什么 [79]
112. 病人如何配合医生治疗偏头痛 [80]
113. 偏头痛病人应选择哪些止痛药物 [81]
114. 偏头痛发作时应注意哪些事项 [82]
115. 如何有针对性地选用治疗偏头痛的药物 [83]
116. 为什么偏头痛病人应多服维生素 B₂ [85]
117. 如何治疗紧张性头痛 [86]
118. 神经阻滞治疗偏头痛是怎么一回事 [86]
119. 控制偏头痛急性发作的关键是什么 [86]
120. 丛集性头痛发作时如何治疗 [87]
121. 如何治疗颈性偏头痛 [87]
122. 如何治疗肌收缩性头痛 [88]
123. 如何治疗神经炎性头痛 [88]
124. 小儿偏头痛的治疗与成人有什么不同 [88]
125. 性生活对偏头痛有何影响 [89]
126. 如何防治月经期偏头痛 [89]
127. 治疗偏头痛的常用偏方有哪些 [89]
128. 缓解偏头痛的 10 条好方法是什么 [90]
129. 女性更年期引起的头痛如何防治 [91]
130. 脑血管疾病引起的头痛如何防治 [92]

131. 为什么疼痛强烈者应采用必要的心理治疗 [93]
132. 麦角胺咖啡因能止痛吗 [93]
133. 如何正确使用麦角胺 [94]
134. 如何防止麦角胺的毒副作用 [94]
135. 什么是麦角胺的依赖性 [95]
136. 什么是解热镇痛药? 其特点有哪些 [95]
137. 解热镇痛药与吗啡类镇痛药有何区别 [96]
138. 什么是成瘾性镇痛药 [97]
139. 解热镇痛药的作用机理是什么 [97]
140. 怎样用阿司匹林治疗和预防偏头痛 [98]
141. 阿司匹林与肠溶阿司匹林有何区别 [98]
142. 消炎痛有哪些不良反应 [99]
143. 安眠药能长期服用吗 [100]
144. 如何巧用维生素预防偏头痛 [101]
145. 青春期女性偏头痛的特点及对策是什么 [102]
146. 如何预防偏头痛发作 [103]
147. 对于不能分类的头痛如何治疗 [103]
148. 为什么青苹果气味有助于消除偏头痛 [104]
149. 如何自我按摩治疗头痛 [104]
150. 偏头痛的自然疗法有哪些 [105]
151. 如何治疗月经性偏头痛 [107]
152. 为什么生物信息疗法也能治疗头痛 [107]
153. 什么是森田疗法 [108]
154. 中医辨证论治治疗偏头痛有哪些 [109]

·偏头痛的预防·

- 155. 生活中怎样预防偏头痛……………〔114〕
- 156. 什么情况下应预防偏头痛的复发……………〔114〕
- 157. 预防偏头痛常用的药物有哪些……………〔115〕
- 158. 预防偏头痛药物的作用机理是什么……………〔115〕
- 159. 月经期偏头痛的预防措施有哪些……………〔118〕
- 160. 头痛病人在饮食中应注意哪些问题……………〔118〕
- 161. 为什么进餐方式科学化能预防头痛……………〔119〕
- 162. 为什么常吃姜有助于预防偏头痛……………〔121〕
- 163. 为什么戒烟能预防偏头痛……………〔122〕
- 164. 为什么调整情绪能缓解偏头痛……………〔122〕
- 165. 怎样减少头痛的发生……………〔124〕
- 166. 如何进行自我身体检查……………〔125〕
- 167. 偏头痛患者在生活中应注意些什么……………〔126〕

·治疗偏头痛的常用药物·

- 168. 解热镇痛类药物有哪些……………〔127〕
- 169. 常用的镇静药有哪些……………〔131〕
- 170. 作用于血管的药物有哪些……………〔138〕
- 171. 常用的止痛药物有哪些……………〔139〕
- 172. 常用的抗癫痫药物有哪些……………〔149〕
- 173. 肾上腺皮质激素类药物有哪些……………〔152〕



· 概 述 ·

1. 什么是头痛

头痛是指头的上半部,即眉毛以上至后脑下部为止范围内的疼痛,是临床上常见的症状之一,多是由伤害性刺激(致病因素)作用于机体所产生的主观感受,也可以是痛觉传导纤维或痛觉各级中枢或调节痛觉的镇痛结构发生病变所致。头痛还可以是面部或颈部病变所引起的牵涉痛。没有过头痛经历的人很少。头痛是一个临床症状,而不是一种单独的疾病,且头痛往往伴有一定的情感反应,其反应的程度个体之间差异较大,换言之,对于一定程度的疾病,有人能耐受,有人则有明显的反应。

头痛是一种信号,很多疾病或许多情况下都可以引起头痛,因此又可以把它看做是人体发出的某种信号。这种信号可能是一个良性信号,如思虑过度的头痛、工作疲劳的头痛、伤风感冒的头痛,它提醒人们要适当休息;也可能是某些严重疾病的先兆,如脑肿瘤、脑出血、蛛网膜下腔出血、脑膜炎等。头痛不仅限于神经科的疾病,一些眼、耳、鼻、喉、口腔以及内科病也可以引起头痛。因此,对于头痛病人来说及早查出病因、及早治疗至关重要。

2. 什么是偏头痛

偏头痛的英文名称是 Migraine 偏头痛是一种以单侧为主的反复发作性的血管性头痛,是临床上常见的头痛之一。其特点为头痛在一侧,头痛发作时常伴有恶心、呕吐、头晕等症状。疼痛性质呈搏动性。女性较多,常起病于青春期,可由过敏、月经等诱发,晨间和上午发病为多。发作期先有由动脉痉挛而致脑缺血,产生先兆症状,如闪光、暗点、复视、眩晕、局部感觉异常或无力等,继而颅外动脉异常扩张,产生搏动性头痛,多位于一侧颞浅动脉分布区。局部动脉扩张,结膜充血,常伴有恶心、呕吐、心悸、畏光、烦躁等。可持续数小时到数十小时。发作后疲乏思睡。间歇期完全正常。发作频率因人而异。半数病人有家族史。本症病因目前尚未完全明了,可能的原因有遗传因素、血小板和生化改变、内分泌因素、饮食因素、情绪紧张及气候变化等。

3. 为什么会发生头痛

大部分头痛是头颅的痛觉纤维受到某些致痛因素的刺激,产生神经冲动,经痛觉传导通路传递到大脑皮质痛觉感受区而产生痛觉。少部分精神性头痛如神经官能症,精神病忧郁症病人则属于例外。

头颅的各种组织根据含有痛觉纤维数量多少和不同性质可分为对疼痛敏感与不敏感两种。头痛主要发生于头颅内外的敏感组织。

(1)颅内敏感组织 对疼痛刺激敏感的组织有以下3部