

偏头痛

防治100问



[日] 寺本純 著

刘 轩 徐建华 等译



PIANTOUTONG
FANGZHI 100 WEN

认知偏头痛·帮您解烦恼

家庭保健百科





家庭保健百科



偏头痛防治 100 问

[日] 寺本純 著
刘轩 徐建华 等译

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

偏头痛防治100问/(日)寺本純著;刘轩,徐建华等译.—北京:中国轻工业出版社,2002.1

(家庭保健百科)

ISBN 7-5019-3446-0

I.偏… II.①寺…②刘…③徐… III.偏头痛-防治-问答 IV.R747.2-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2001)第074932号

Copyright©1997 Jun Teramoto

All rights reserved.

First published in 1997 by Kodansha Ltd.,Tokyo, Japan.

Chinese Simplified Character Edition Copyright © 2002 China Light Industry Press,China.

Published under license from Kodansha Ltd.

©1997年 寺本純

版权所有。

株式会社讲谈社1997年在日本首次出版。

中文简体字版版权©2002年中国轻工业出版社。

由日本株式会社讲谈社授权中国轻工业出版社出版发行。

责任编辑:白洁 责任终审:劳国强 封面设计:崔云

版式设计:刘静 责任校对:李靖 责任监印:吴京一

*

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

联系电话:010—65241695

印 刷:1201印刷厂

经 销:各地新华书店

版 次:2002年1月第1版 2002年1月第1次印刷

开 本:787×1092 1/32 印张:7.25

字 数:174千字 印数:1—10100

书 号:ISBN 7-5019-3446-0 /TS·2076

定 价:10.00元

著作权合同登记 图字:01-2001-1281

·如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换·

前言

对于一般临床医生来说，头痛是最多见的病症之一，这也是头痛药拥有广阔的市场的原因。

如果单纯来谈头痛，情况各不相同。头痛突然发作时，很多人会忐忑不安，不知是否会危及生命。如果是腰痛，即使是非常剧烈的疼痛，大概也不会有人感到有“生命危险”。

所谓“头”，其实是指脑部，由于担心脑部发生障碍，所以才导致了上述想法的出现。毫无疑问，像脑肿瘤或蛛网膜下腔出血那样的疾病导致的头痛，事实上会伴有生命危险。但是，大部分的头痛和脑部没有丝毫关系，也不会危及人的生命。

声称头痛的大部分患者认为自己患有“头痛病”。

在这些头痛病中，存在着几种类型。其中最多且最使人忧虑的病症是偏头痛。



虽然偏头痛的名称为人所熟知，但就一般人来说，对其详细情况竟出奇地无知。

本书以头痛病人的烦恼和心声为中心，通过问答方式进行了详细解释。在就有关偏头痛的疑问、原因、治疗办法等进行详细叙述的同时，对偏头痛以外的头痛、可能危及生命的剧烈头痛，以及它们与偏头痛症候的区别等问题也进行了比较和分析。

实际上，具有头痛症候的人即使知道偏头痛的名称，但对于自己的头痛是偏头痛之事，全然没有发觉，这类人是非常多的。

偏头痛是伴随人一生的病症，十分遗憾，现代医学还不能完全治愈。依靠药物治疗虽然具有相当好的效果，但是事实上，仍有一定数量的患者仅靠药物是难以奏效的。

对于许多人来说，只有掌握关于偏头痛的正确知识，才能化解其“生命危机”意识，也只有如此，才能减轻头痛带来的痛苦。

本书不只限于讲述头痛的处理方法，



作为有关头痛的一般知识，如果能让各位读者有所借鉴，我们将不胜欣慰。

《家庭保健百科》系列

治疗腰痛 100 法	10.00 元
治疗肩痛 100 法	10.00 元
治疗便秘 100 法	10.00 元
治疗皮炎 100 法	10.00 元
缓解膝痛 100 法	10.00 元
轻松减肥 100 法	10.00 元
强健肝脏 100 法	10.00 元
降低血压 100 法	10.00 元
降低胆固醇 100 法	10.00 元
治疗畏寒症 100 法	10.00 元
改善神经失调症 100 法	10.00 元
消除头发·皮肤烦恼 100 法	10.00 元
解除眼睛疲劳·恢复视力 100 法	10.00 元

《家庭保健百科》系列新书

偏头痛防治 100 问	10.00 元
脑康复训练 100 问	10.00 元
老年人康复训练 100 问	10.00 元
甲状腺疾病防治 100 问	10.00 元
心脏病防治指南	10.00 元
头晕防治指南	10.00 元
中年期抑郁症的防治	10.00 元
图解膝痛治疗法	10.00 元
高血压的非药物疗法	10.00 元
疲劳门诊	10.00 元
超级健康法——下蹲运动	10.00 元



目 录

第一章 到底是什么病?.....	1
1 “片头痛”还是“偏头痛”?.....	3
2 是头的一侧疼痛吗?	5
3 女性多发此病吗?	7
4 当被告知“CT检查未见异常”时.....	9
5 是否是逃学的理由呢?.....	11
6 是更年期综合征造成的吗?.....	13
7 过度紧张会导致此病吗?.....	15
8 进入高龄后,医生说患了偏头痛	17
第二章 典型的症状是什么?	20
9 头痛有遗传性吗?.....	24
10 一卵双胞胎是否二人都有头痛病呢? ...	26
11 所谓头痛信号是怎样一种症状呢?	28
12 眼前飞过光点后,出现了头痛	30
13 肩部酸痛也是头痛的前兆吗?	32
14 有时像被剧烈敲击似的疼痛	34
15 出现严重呕吐症状,这不太要紧吗? ...	36
16 深夜因头痛而难以入睡	38



- 17 一旦出现头痛,其后将持续几日……………40
- 18 一到星期日就头痛……………42
- 19 一从人群中回家就头痛……………44
- 20 为何工作忙时头痛发作减少呢?……………46
- 21 只是在妊娠期头痛消失……………48
- 22 月经期间为什么容易出现头痛?……………50
- 23 感冒之后每天头痛发作……………52
- 24 50岁后发作的次数有所增加……………54
- 25 血压低容易引发头痛吗?……………56
- 26 头痛发作时会出现低烧……………58
- 27 每次发作时都出现腹泻……………60

第三章 何种原因导致头痛?会出现何种

结果呢?……………62

- 28 用CT和MRI为什么不能进行诊断呢?…64
- 29 当被指出脑电波异常时……………66
- 30 血管扩张为什么引起头痛呢?……………68
- 31 导致前兆的原因是什么?……………70
- 32 有前兆和没有前兆时的区别……………72
- 33 为何女性多患有头痛病呢?……………74
- 34 高龄时头痛消失的原因……………76
- 35 容易促使该病发作的食物是什么?……78
- 36 头痛的诱因是什么?……………80
- 37 头痛病会发展为脑梗死吗?……………82



38	担心血管由于扩张而破裂·····	84
39	头痛是否会导致痴呆呢? ·····	86
40	将来是否有失明的可能? ·····	88
41	20岁以前孩子的头痛会自行消失吗? ···	90
42	糖尿病人头痛会导致什么结果呢? ·····	92
43	头一痛, 血压就升高·····	94
44	什么是难治的慢性连续性头痛? ·····	96
第四章 药物治疗和日常对策·····		98
45	有能够完全治愈头痛的药吗?·····	100
46	可以继续服用买的药吗?·····	102
47	市场上买的药为何没有效用呢?·····	104
48	镇痛药失去了效用怎么办?·····	106
49	何谓比镇痛药效果还明显的血管 收缩药?·····	108
50	咖啡因能提高镇痛作用吗?·····	110
51	怎样才能停止用药呢?·····	112
52	当疼痛无法止住时 ·····	114
53	每天都发作, 该怎么治疗?·····	116
54	什么时候需要头痛预防药呢?·····	118
55	所谓药物性头痛是什么症状呢?·····	120
56	我想了解药物的副作用和发作的 关系 ·····	122
57	什么时候不能吃头痛药?·····	124



- 58 头痛药和其他药物可以一起吃吗?.....126
- 59 连续吃头痛药是否会导致痴呆呢?.....128
- 60 请教给我治疗头痛的有效中药130
- 61 烟和酒到底哪一种危害更大呢?.....131
- 62 咸梅核有镇痛效果吗?.....133
- 63 用冰枕可以减轻头痛吗?.....135
- 64 盛夏时节,太阳镜有何作用?.....137
- 65 紧张能抑制头痛发作吗?.....139
- 66 咖啡是好呢,还是坏呢?.....141
- 67 有有效治疗头痛的健康食品吗?.....143
- 68 民间疗法对治疗头痛有效吗?.....145
- 第五章 特殊类型的偏头痛**147
- 69 头痛的同时,一侧的手脚出现麻木 ...149
- 70 半身一直保持着麻木状态151
- 71 头痛时将物体看做两个153
- 72 因为过分头晕,以致卧床不起155
- 73 每次出现头痛时都要反复发作3~4天...157
- 74 只是出现了头痛征兆,真正的头痛
并没有发作159
- 75 孩子偏头痛的治疗方法161
- 第六章 容易被误诊的其他头痛**163
- 76 有时头一侧的后部感到针刺似的
疼痛165



77	有时肩部酸痛，头部感觉十分沉重	167
78	前额部总是发沉，心情不舒畅	169
79	由于低血压，刚起床时头痛和眩晕	171
80	在一个月的时间内，每天持续2小时 左右的头痛	173
81	性交时出现剧烈头痛的原因	175
82	头痛之外，还出现了手脚不灵活的 感觉	177
83	晃动脖颈时，头痛增强	179
84	担心蛛网膜下腔出血	181
85	高龄者伴有低烧的头痛	183
86	发烧时头部剧烈地疼痛	185
87	在偏头痛之上，又增加了其他脑部 疾病怎么办?	187
第七章 与偏头痛有关的烦恼		189
88	被人误解为懒惰，十分困惑	191
89	因为害怕头痛而不敢出门	193
90	因为容易晕车，所以想进行治疗	195
91	因为不能喝酒，有时对工作造成 影响	197
92	孩子有头痛病会影响其性格发展吗?	199
93	有严重的头痛病，可以结婚吗?	201
94	因为交通事故后遗症而导致头痛，	



今后会怎样发展呢?.....	203
95 请教给我对付偏头痛的方法	205
96 在医院请医生进行诊治时的目标	207
97 在什么样的医院进行诊治好呢?.....	209
98 选择良医的方法	211
99 想从国外拿药怎么办?.....	213
100 头痛无论如何也不能治愈时 怎么办?	215
结束语	217

第一章 到底是什么病？

就连医生也难以正确诊断

对于“偏头痛”的名称，一般人是非常熟悉的。在日常生活中，人们常常听到这样的话，“因为犯偏头痛，整个晚上都睡不着”；“因为头痛去了医院，据说其症状像偏头痛”等。

但是偏头痛的症状到底是怎样的呢？通过治疗能否治愈呢？对于提出此类问题的人，我很难想像他是否已经充分了解了该病的机理。事实上，有关偏头痛的正确知识，大多数医生也并不具备。

即使是专门的神经内科医生，对于稍微复杂的偏头痛症状，许多人也不能作出正确诊断。

当然，所有的医生都知道偏头痛的病名。但是，一旦出现稍微复杂的症状，一般医生就不能进行正确诊断了。作为医生，如果能够规范地诊断，可以说具有一定的知识水平。但遗憾的是，许多医生面对患者，不能作出正确的诊断。

例如：常常出现这种情况，有些医生将并非偏头



痛的头痛诊断为偏头痛，而患者自己也认为是偏头痛，这种错误是由于医生和患者都不具备有关偏头痛的正确知识而造成的。

造成此类错误的原因之一，主要是许多医生（恐怕也是大部分的患者）认为所谓偏头痛就是指“头一侧疼痛”。

这些错误本不该出现，因为偏头痛是一种“确确实实”的病症，而并不只是一种症状。它虽然不是什么威胁生命的病症，但与胃癌、脑梗死、心绞痛等一样，也是一种疾病的名称。

我想首先请各位读者清楚地记住，所谓偏头痛是一种疾病的名称，而并不是指病情状况。



就连医生也没有认识到“偏头痛”是一种疾病。



1 “片头痛”还是“偏头痛”？

Q 从前，因为头痛而曾去医院诊治，当时被诊断为偏头痛。回家后查看医书，发现书上写着“偏头痛”的字眼。过去在报纸上曾经看到过“片头痛”。这两个到底是同一种病呢？还是两种不同的疾病呢？
(27岁，女性)

A 笔者以前曾经参加电视节目播出，在介绍“片头痛”时，节目一结束，抗议电话就不断打进来，“不是说是偏头痛吗”？所谓“片头痛”，是不是将“偏头痛”弄错了呢？许多人或许会这样想，也许有人认为，“片头痛”和“偏头痛”根本不是同一种疾病！然而从最终结论看，它们完全是一种病。

在过去的家庭医学书上，曾使用“偏头痛”的字眼。即使是最近新出版的面向一般读者的医学书中，也可以看到“偏头痛”字样。可是，在新书或报纸中，却变成了“片头痛”。即使是“偏头痛”，也绝不是因为搞错而造成的。在头痛学会的用语集中，也以“片头痛”形式作了统一，考虑到上述因素，所以这