

ZHONG

FENG

中风

的防治与调理

本书为您揭开了中风的奥秘
您会了解中风的原因及其危害
掌握预防中风的措施和有关治疗的常识
提高家庭护理中风患者的技巧
让所有的人摆脱中风的威胁

裴欣茹
赵静芸

编著

家

庭健康在线



中风的

防治与调理

裴欣茹 赵静芸 编著

江苏工业学院图书馆
藏书章

内蒙古科学技术出版社

家庭健康在线

中风的防治与调理

裴欣茹 赵静芸 编著

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段4号

电 话/(0476)8224848 8231924 8221329

邮 编/024000

责任编辑/欧东昌

封面设计/徐敬东

发 行/内蒙古科学技术出版社

印 刷/大板金源民族印刷厂

字 数/129千字

开 本/787×1092 1/32

印 张/7

印 数/15001—17000册

版 次/2001年1月第一版

印 次/2001年9月第3次印刷

ISBN 7-5380-0830-6/R·189

总定价:96.00元(每册定价:9.60元)

0111 10/12



目次

开篇的话 1

第一章 中风初探 5

第一节 中风要从脑血管谈起 5

有关人脑的基本知识/6 有关脑血管的知识/7

第二节 中风的类型 11

脑血栓与脑梗塞/12 脑出血/18

脑动脉硬化与高血压脑病/22

脑疝与高颅压综合症/25

第三节 不同种类中风类型的鉴别 28

脑出血和蛛网膜下腔出血的鉴别/28

脑出血和脑梗塞的鉴别/29

大面积脑梗塞与脑出血的鉴别/30

脑瘤性中风与脑中风的鉴别/31

第四节 专家寄语 32

专家寄语之一:脑中风的患病率高居首位/33

专家寄语之二:高血压脑中风的拒绝儿童/33

专家寄语之三:骨质疏松症者易中风/35

第二章 中风的 先兆和症状 36

第一节 中风的先兆表现 37

头晕,特别是突然感到眩晕/37 头痛/38
肢体麻木/39 运动障碍/40 视力障碍/40
鼻出血,特别是频繁性鼻出血/41
出现嗜睡状态,即整天的昏昏欲睡哈欠连绵/42
血压不稳/42 其他表现/43
第二节 小中风 44

突然讲不出话/45 单眼突然一过性失明/46

第三节 中风后的症状 46

意识方面的症状/46 消化排泄方面的症状/48
运动系统方面的症状/49 失语、失认和失用/52

第四节 中风的并发症 56

脑疝/57 脑心综合症/58

膀胱及直肠功能障碍/59

肾功能衰竭及电解质紊乱/60

中枢性体温调节障碍/60

褥疮/61 闭锁综合症/61

有的中风病人病情发展迅速的原因/62

第五节 专家寄语 63

专家寄语之一:快就医别过六小时/63

专家寄语之二:无症状脑中风潜伏危机/65

专家寄语之三:多寐是中风早期先兆/66

第三章 中风的病因 67

第一节 血液因素 67

血压/67 动脉硬化/71 高血脂/71

第二节 疾病因素 73

心脏病/73 糖尿病/75 颈椎病/76 癌症/77

第三节 心理情绪因素 78

第四节 性别年龄因素 80

性别/80 年龄/82

第五节 饮食因素 85

吸烟的影响/86 饮酒的影响/87

第六节 药物因素 89

降压药/89 镇静药/90 止血药/90

利尿药/90 避孕药/91 抗心律失常药/91

第七节 微量元素因素 91

铜、锌与中风/92 铬与中风/92

硒与中风/93 锰与中风/93

第八节 遗传因素 94

第九节 专家寄语 95

专家寄语之一:不要忽视低血压的危害/95

专家寄语之二:支气管炎会促发中风/96

专家寄语之三:请您减肥/97

第四章 中风的诊断 98

第一节 中风诊断的相关知识 98

中风的病期划分/98 推测病情发展趋势/99

诊断的注意事项/101

第二节 中风的常用诊断方法 102

CT 扫描/103 MRI 核磁共振成像/104

PET 扫描/105 脑电图与脑电地形图/106

脑血管造影和 DSA/108 腰椎穿刺检查/108

第三节 几种中风类型的诊断 109

脑出血/110 脑栓塞/111

腔隙性脑梗塞/111 蛛网膜下腔出血/112

脑血栓/113 短暂性脑缺血/113

第四节 专家寄语 114

专家寄语之一:中风未必急做 CT/114

专家寄语之二:要学会看中风预报单/116

专家寄语之三:酷似中风实为癫痫/116

第五章 中风的预防 118

第一节 动脉硬化及预防方法 119

第二节 高血压及预防方法 123

第三节 生活规律防中风 124

第四节 专家寄语 126

专家寄语之一:老年人,血压不高也要防中风/126

专家寄语之二:老年人莫做危险动作/128

专家寄语之三:妊娠后期要防脑出血/128

第六章 中风的治疗 130

第一节 中风必须送医院治疗 130

家中发现中风病人的应急措施/132

家人的必要准备/133

第二节 脑出血和脑梗塞的治疗原则 134

脑出血的治疗原则/134 脑梗塞的治疗原则/135

第三节 常用治疗方法 137

血液稀释疗法/137 高压氧舱疗法/138

心理疗法/139 手术疗法/140 药物疗法 141

第四节 不同中风的不同治疗法 150

急性出血性中风的内科治疗/150

急性缺血性中风的内科治疗/152

出血性或是缺血性脑血管病未确诊前的治疗/155

短暂性脑缺血发作的治疗/156

蛛网膜下腔出血的治疗/158

大面积脑梗塞的治疗/160

第五节 中风后不同情况的治疗 161

引发癫痫的治疗/161 发生尿潴留的治疗/162

发生尿失禁的治疗/163

发生中枢性发热的治疗/165

第六节 专家寄语 166

专家寄语之一:要学会叫救护车/167

专家寄语之二:要禁忌血压骤降/168

专家寄语之三:动脉硬化须早防早治/169

专家寄语之四:安宫牛黄丸和再造丸并非万能/170

第七章 中风的

调养和康复 172

第一节 中风的护理 172

护理环境的要求/173

中风病人护理的基本要求/174

不同情况的特殊护理/175

第二节 中风病人的调养 180

饮食调养原则/180

几种中风类型的饮食调养/182
中风患者恢复的饮食禁忌/186
第三节 中风病人的运动锻炼 187
运动锻炼的基本要求/188

运动功能恢复的六个阶段/189
进行主动运动的方法/190
进行被动运动的方法/191
第四节 中风病人的康复 192
康复途径及注意事项/193

康复的时机和要求/195 避免病情复发/197
第五节 专家寄语 199

专家寄语之一:半身不遂也能恢复/200
专家寄语之二:护理中风病人要牢记三大要素/201
专家寄语之三:谨防中风复发/202

第八章 最新参考消息 204

第一节 治疗新法 204
接触性溶栓:脑梗塞一触即通/204
热水擦颈防梗塞/206
面瘫病人走出就医误区/206

第二节 寻医问药指南 208

醒脑再造丸/208

脑萎缩、脑血栓有治了/209 偏瘫复原丸/210

专治中风后遗症、脑萎缩/210

第三节 经验借鉴 210

自立自强战胜中风/210

学会为偏瘫病人按摩/212

曾氏“化风丹”药效参考/213

开 篇 的 话

中风是严重危害人类健康的常见病、多发病,是导致人类死亡的三大疾病之一。随着我国社会经济的发展,加之人口老龄化的明显加速,以老年人为主要对象的中风明显增加。据我国调查研究结果推算,全国中风病人约有 600 万人,每年新发生中风病 130 万人,每年中风病的死亡者近 100 万人,在幸存者中约 3/4 的人留有偏瘫等后遗症状,部分病人丧失了劳动和生活能力,给社会及家庭带来了极大的经济和精神负担。

病例一:陈经理在应酬活动中突然中风

陈经理掌管的公司经营良好,生意往来络绎不绝。特别是随着中国加入世界贸易组织的时日逐渐临近,他们公司的生意更是火爆,使年近 50 的陈经理每天不得不工作 10 个小时左右。

在当今的经济环境中,生意场上应酬的事是不可避免的,特别是对于陈经理他们这样的大型民营公司更是如此。好赖仗着陈经理行伍出身,体魄健壮,一直没什么

大病,频繁的应酬总能从容应付。

但是,就在一次晚间外出应酬时,几杯酒下肚,正说到兴头上,陈经理突然言语不清,口眼歪斜,肢体偏瘫,4小时后送到医院经CT检查,被诊断为急性脑梗塞前期,也是中风病的一种类型。幸亏治疗及时,措施得当,这才化险为夷。

虽然过后陈经理活动如常,笑容可掬地接待前往探视的亲友,但毕竟在今后的工作中增添了一层阴影和隐患。

病例二:夫妻吵架酿祸患!

在某一个夜晚,有一位28岁的主妇,因脑溢血被救护车送进医院。当时她已处于昏迷状态,经检查结果得知,其症状为脑蜘蛛膜下出血。

当医生在为她施以急救时,她的丈夫在一旁既焦虑又愧疚,不断地询问病情,并且复述病发时的情形:“我们为了一点小事争吵,两人都不愿让步,彼此互相辱骂,当时都很气愤。但忽然间,我太太倒在地上,这是我料想不到的,就只为了一点小事,会造成这样的后果,唉!”

夫妻吵架时的愤怒,不同于一般情况,它是不满、憎恨、怒气等各种因素纠杂而成。进入这样的情绪状态时,副肾就会分泌出很多的荷尔蒙,而这类的荷尔蒙会使血压急速升高,因而引起脑溢血或心脏病。

据医生讲他的太太原本在脑部中就有动脉瘤,因为在争吵时过于气愤,血压急速升高,动脉瘤因此而破裂,

遂导致脑蜘蛛膜下出血。

夫妻之所以吵架,当然无法统计出必然的原因,但大部分都是因芝麻小事而起,而且一旦吵开来,彼此都想逞一时的口舌之快,所以往往一发就不可收拾。其实只要夫妻中的任一方稍微让步一下,就能化干戈为玉帛,和气收场。

病例三:医疗条件再好也有不测风云!

日本首相小渊惠三于2000年4月2日凌晨1点紧急住院。经核磁共振和临床检查,下午2点才宣布为脑血栓。由于病人当时乘坐的是普通轿车,而非救护车,且当天晚7点神志尚清,说明他的病情进展相对缓慢。晚7点官房长官青木前来探望,双方会晤约十分钟。之后病情突然加剧,经计算机断层扫描确诊为脑血栓加重伴局部出血。

从1点起病后去医院行核磁检查,4点之前基本能确诊为脑梗塞,这是因为核磁共振能发现3个以上的梗塞灶。当时医学专家考虑首相为心源性栓子脱落造成的脑梗塞,这种梗塞行溶栓治疗(目前治疗脑血栓最有效的方法)效果不好,故未行溶栓治疗。继而病人病情逐渐加重,至下午2点宣布为脑血栓形成,其实是脑梗塞继发脑血栓形成。这为治疗带来了困惑,因而造成了时间的扩延。后经小渊同意,亦为预防病情进一步加剧,即开始溶栓治疗。

溶栓治疗目前最有效的药物为组织型纤溶酶原激活

酶(t-PA),其最大的副作用为脑出血,一般应在发病6小时内使用,这时的出血率约为17%,而在发病11小时使用t-PA,脑出血的发生率高达55%。溶栓后晚7点左右(即在使用t-PA4~5个小时之后),小渊发生血肿型大量脑出血,导致病情急剧恶化,且很快昏迷,呼吸骤停。

小渊惠三是日本国首相,日本是世界上科技发达国家之一,医疗条件当数一流,但首相患了中风,依然无法挽救。所以,中风病是人类健康的大敌,决不可等闲视之。

第 1 章 中风初探

被称为中风的疾病有许多种,本书将主要讲述一些脑中风(脑卒中)的有关知识,供广大读者参考。

第一节 中风要从脑血管谈起

脑血管病势急、症候多变、病死率高、后遗症重,为历代医学家所重视,且有诸多论述。早在二千多年前春秋战国时期,我国第一部医书《内经》中就载有中风的病名,并有“仆击偏枯”的记载,意思是说突然发生了一侧肢体不能随意运动。《时病论》中也指出:“中风之病,如矢石之中人,骤然而至也。”犹如“风性善行而数变”,故名中风,是比喻其发病急,变化快。

据国外统计资料,脑血管病以缺血性为多见,脑梗塞

占 59.2% ~ 85%，脑出血除日本外，一般在 20% 以下。我国 1984 年农村调查发现完全性卒中 280 例，蛛网膜下腔出血占 3.9%，脑出血占 44.6%，脑血栓占 46.4%，脑栓塞占 2.5%，难以分型者占 2.9%。从上述资料可以看出，我国与外国情况不同，脑梗塞虽然发病率较多见，但脑出血所占比例为 44.6%，显然比国外高。

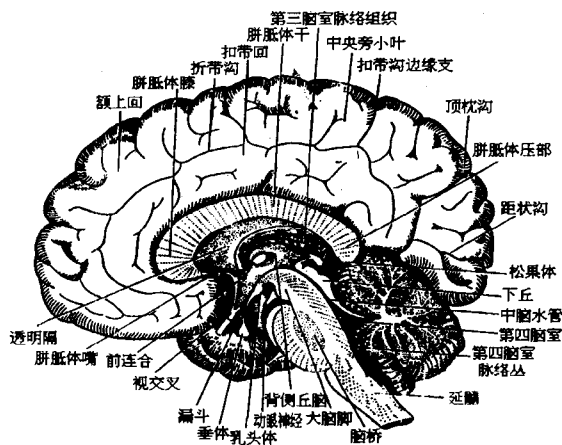


图 1 脑的正中央矢状切面

一、有关人脑的基本知识

人脑由大脑(分左右半球)、小脑、间脑及脑干(包括