

最新

实用家庭健康生活指南丛书

家庭保健之向导

NEW

头痛

中西医知识问答

Practical Guide Series of Family Healthy Life

谢正兰 等 编著

王乃平 范冠杰 主编

专家、教授、主任医师有问必答

为您减轻压力 控制和预防疾病

中西医结合 新颖 权威 实用

痛得咬牙切齿？痛得横眉怒目？

痛哭流涕？痛不欲生？痛彻肺腑？痛心疾首？

还不痛改前非、痛定思痛？

生命中不能承受之痛！

Headache
Information
Questions
&
Answers

出版社

头痛

—+— 中西医知识问答

Headache
Information
Questions & Answers

谢正兰 等 编著

王乃平 范冠杰 主编

广东旅游出版社

图书在版编目(CIP)数据

头痛中西医知识问答 / 谢正兰等编著. - 广州: 广东旅游出版社, 2004.1
ISBN 7-80653-496-2

I. 头... II. 谢... III. 头痛-中西医结合-防治-问答 IV. R741.041-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第121218号



最新实用家庭健康生活指南丛书编委会

总策划: 覃绍峰 林德

总主编: 王乃平 范冠杰

副总主编: 朱华 邓家刚 陈雪斌 黄岑汉 江震声

编委会: (按姓氏笔画排列)

王乃平

王景宜

韦华京

邓家刚

龙学明

朱华

江红兵

刘屹清

辛宁

吴彬

肖廷刚

岑家铭

李敏智

陈雪斌

周琪范

庞军

林翠玲

罗广波

范冠杰

唐衣

唐咸玉

唐乾利

章红英

黄岑汉

彭跃钢

蒋琪媛

覃绍峰

蓝青强

黎伟台

潘善槐

最新实用家庭健康生活指南丛书 头痛中西医知识问答

编著: (按姓氏笔画排列)

王志高

邓建华

邓碧珠

李志英

杨斌

胡全穗

唐原

郭亚男

鲁明

谢正兰

责任编辑: 钟萍 曾淑花

装帧设计: 区洋

出版: 广东旅游出版社

地址: 广州市中山一路30号之一

邮编: 510600

邮购地址: 广州市合群一马路111号省图批116室

邮编: 510100

电话: 020-83791927

联系: 周向辰 邹亚洲

广东旅游出版社图书网

www.travel-publishing.com

印刷: 广东省肇庆新华印刷有限公司

地址: 广东省肇庆市星湖大道

850 × 1168毫米 大32开 6.75印张 133.64千字

2004年1月第1版 2004年1月第1次印刷

印数: 1-10000册

书号: ISBN 7-80653-496-2/R · 63

定价: 13.00元

版权所有, 翻印必究

本书如有错页倒装等质量问题, 请直接与印刷厂联系换书。

前 言

“健康不仅是指没有疾病，而且还要有良好的身心状态和完满的社会适应能力。”随着社会的发展和物质、文化生活水平的不断提高，人们对自身的健康更加关注和重视，对预防保健提出了更高的要求。然而，随着生态环境的变化、人们生活节奏的加快、生活方式及饮食结构的改变，疾病谱也在不断地随之发生变化，许多疾病并不因为人类与之斗争的方法和手段的先进而灭绝，相反的是，新的疾病不断被发现和一些原来不甚多发的疾病迅速蔓延，这一切给当今的医疗卫生工作提出了新的课题。

如何有效地控制现代高发疾病的发病率、病死率及病残率，保护广大群众的健康，是当今每一位医务工作者义不容辞的责任。然而，对许多现代疾病的防治，仅靠医务工作者的努力是不够的。健康是一种权利，同时也是一种责任，要更好地做到“未病先防，既病防变”，还必须让广大人民群众加入到与疾病作斗争的行列中，自觉地预防疾病，控制疾病的发生与发展。而且，随着20世纪后叶高新技术革命的发展，医学领域内新的理论、设备、技术和药物不断涌现，大量新的研究成果和治疗方法也不断拓展，并通过科学实践证实、充实和发展了不少新的假说和学说，除了医疗工作者要不断更新医学知识外，广大人民群众也要不断摒弃过时的观点，接受新的知识。所以，如何更加广泛地开展医疗科普知识的宣传，在广大群众中普及医药卫生基本常识，更加全面地让群众了解常见病、多发病的一般发病规律，让患者及其家属正确认识和对待疾病，进行积极有效的预防，并配合医生的治疗，是当今医务工作者的重要任务之一。

为了帮助广大人民群众掌握常见病、多发病的基本知识，我们组织了南宁、北京、广州、桂林、柳州等地长期在第一线从事相关专科专病医疗工作，既有扎实理论基础，又有丰富临床经验



的专家和业务骨干,参阅有关专著和近年来发表的文献资料,并结合他们在医疗实践中积累的经验,编写了这套系列丛书。本系列丛书共分为39册,包括支气管与哮喘病、胃病、慢性结肠炎、血液病、甲状腺疾病、中风病、男子性功能障碍、女子性功能障碍、常见肿瘤疾病、高血压病、冠心病、心力衰竭、心律失常、肝脏病、胆囊炎与胆石症、肾病、尿路感染、糖尿病、肥胖症、风湿病、贫血、癫痫、头痛、感冒、颈椎病、肛肠性疾病、前列腺疾病、常见妇科疾病、乳腺病、性病、常见眼病、常见耳鼻喉疾病、常见皮肤病、常见儿科疾病、常见口腔疾病、常见产后病、不孕不育、眩晕、高脂血症和脂肪肝。

本丛书以突出实用为原则,力求简明扼要,通俗易懂,全书以问答的形式叙述,分别扼要地介绍了各疾病的病理生理基础知识、发病规律、中西医诊断治疗常识,以及家庭护理的基本原则与方法,预防的主要措施等;介绍了常用的中药、中成药和西药,各种中医药疗法及经验方,以及作者自身的临床实践经验。本丛书还突出介绍了各疾病新采用的诊疗技术、诊断标准和研究发展方向。本丛书紧密联系实际,内容丰富,注重实效,充分体现了覆盖面广、内容新、介绍全、可读性强等编写特色,使一般读者都能通过本套丛书得到有益的收获,同时也适合广大基层医务工作者阅读参考。

鉴于本套丛书涉及领域颇为广泛,参编人员众多,其中欠缺、错误在所难免,热切希望各位同道和广大读者批评指正,以期不断改进提高。

王乃平 范冠杰

2003年2月于南宁



序

绝大多数人在其一生中的某个阶段都可能有过头痛的体验,反复发作、长期存在的头痛不仅严重影响学习、工作和生活,更是一种精神上的折磨。头痛只是一个临床症状,它可以是疲劳或者不良情绪、不良生活习惯等的一种反应,也可能是某种潜在疾病的早期表现,广泛涉及临床内、外、妇、儿、五官等各学科或专科的多种疾病。目前各种头痛的分类方法都难以将所有头痛疾病列入,有时甚至连医生在面对头痛病人时都感到茫无头绪,因此,有必要让广大人民群众掌握有关头痛的一般预防、保健知识,懂得如何正确求医、寻医,亦有必要让临床医务工作者对头痛疾病有一个比较清晰、全面的认识,以免造成漏诊、误诊。

本书介绍了头痛的定义、分类、病因,中医对头痛的认识,头痛的中医药疗法,各种疾病所致头痛的诊断、治疗,头痛的护理保健,头痛的食疗及心理疗法,力求通俗易懂,以期能使一般头痛患者了解相关疾病的防治知识及自我调养措施,并供基层医生日常诊务参考,以提高对头痛疾病的诊治水平。

鉴于头痛疾病的多学科性,又由于分类繁杂,加之时间仓促,本书内容编写可能失之杂乱,且目前医学科学日新月异,错误在所难免,恳请广大读者及同行批评指正。

谢正兰

2002年10月于广西壮族自治区桂林市中医医院



目 录 Contents

头痛中西医知识问答

一、头痛的定义、分类、病因及诊断 19

1. 头痛是怎么回事? 19
2. 头痛在临床上是怎样分类的? 19
3. 引起头痛的常见原因有哪些? 20
4. 怎样向医生描述头痛? 21
5. 头痛常有哪些伴随症状? 21
6. 头痛应做哪些辅助检查? 22
7. 头痛伴发热说明了什么问题? 23
8. 头痛伴呕吐对临床有哪些提示? 23
9. 头痛伴眩晕常见于哪些情况? 24
10. 头痛伴眼部流泪、冒金星、畏光多见于哪些疾病? 25
11. 头痛病人神经系统检查包括哪些内容? 25
12. 头痛病人在什么情况下需要做腰穿? 27
13. 头痛病人在什么情况下需要做CT检查? 27
14. 哪些头痛病人需做经颅多谱勒超声检查? 29
15. X线检查对头痛的诊断有什么帮助? 30
16. 脑电图检查对哪些头痛有诊断意义? 30
17. 脑血管造影有危险吗? 32

二、中医对头痛的认识 33

18. 中医是怎样认识头痛的? 33



19. 外感头痛与内伤头痛有何区别? 33
20. 六淫所致头痛表现如何? 33
21. 头痛的不同部位与六经的关系如何? 34

三、头痛的中医药治疗 35

22. 风寒、风热、风湿头痛的中药治疗怎样? 35
23. 暑湿、暑热头痛的中药治疗怎样? 35
24. 火热头痛如何诊治? 36
25. 阳明、少阳、太阳、厥阴头痛如何辨证? 36
26. 治疗头痛时为何需用“引经药”? 36
27. 何谓肝阳、肝郁、肝火、肝风、肝寒头痛?
如何分别诊治? 37
28. 痰浊、痰火头痛中医如何分别治疗? 38
29. 血瘀头痛如何诊治? 38
30. 湿热头痛中医如何治疗? 39
31. 气虚、血虚、气血两亏头痛如何分别诊治? 40
32. 如何用中药治疗肾阴虚头痛和肾阳虚头痛? 40
33. 颈椎病引起的头痛中医如何治疗? 40
34. 中医如何治疗脑外伤后头痛? 42
35. 中医如何治疗神经性头痛? 43
36. 脑震荡后遗症引起的头痛中医治疗如何? 44
37. 神经衰弱引起的头痛中医如何治疗? 45

四、头痛的针灸、推拿治疗 46

38. 针灸能治疗头痛吗? 46
39. 治疗头痛时常用的穴位有哪些? 46
40. 针灸治疗头痛的基本取穴处方是什么? 46
41. 推拿治疗头痛的常用手法有哪些? 47

五、偏头痛性血管性头痛 48



42. 偏头痛就是一侧头痛吗？	48
43. 偏头痛发生的原因是什么？	48
44. 偏头痛发生的频率和时间是怎样的？	49
45. 偏头痛对女性影响更大吗？	50
46. 什么是月经期偏头痛？	50
47. 偏头痛会影响结婚和生育吗？	51
48. 口服避孕药对哪些偏头痛患者有影响？	52
49. 妇女绝经期前后偏头痛发作为什么会有较大变化？	52
50. 偏头痛会遗传吗？	53
51. 哪些因素可以促成偏头痛发作？	53
52. 哪些食物可以引起偏头痛？	54
53. 低血糖与偏头痛有什么关系？	55
54. 偏头痛患者可以喝茶吗？	55
55. 为什么有的人总在空闲的时候发作偏头痛？	56
56. 儿童也会有偏头痛发作吗？	57
57. 儿童偏头痛怎样治疗？	58
58. 孩子偏头痛时不想上学怎么办？	59
59. 偏头痛分为哪几类？	60
60. 什么是典型偏头痛？	60
61. 典型偏头痛与普通偏头痛有什么区别？	61
62. 如何诊断偏头痛？	61
63. 用CT或MRI为什么不能进行偏头痛检查？	62
64. “脑电图异常”的偏头痛就一定特别严重吗？	62
65. 偏头痛患者适宜做哪些检查？	63
66. 偏头痛会发展成脑梗死吗？	64
67. 偏头痛会诱发脑出血吗？	65
68. 怎样识别偏头痛患者是否合并了其他脑部疾患？	65
69. 偏头痛会导致失明吗？	66
70. 偏头痛患者为什么容易晕车？	66
71. 偏头痛发作时应该怎么办？	66
72. 为什么指压太阳穴可以减缓偏头痛？	67
73. 冰敷可以镇痛吗？	68
74. 如何预防偏头痛的发生？	68



75. 偏头痛可以根治吗?	69
76. 偏头痛患者选择镇痛剂或血管收缩剂 有什么不同?	69
77. 长期吃镇痛剂会有什么副作用?	70
78. 长期服用血管收缩剂有副作用吗?	71
79. 偏头痛患者可以自己选购药品吗?	72
80. 市场上买的药为什么效果不大?	73
81. 什么是头痛预防性治疗? 它适用于 哪些患者?	74
82. 头痛预防性治疗的药物有哪些?	75
83. 如何进行头痛预防性治疗?	76
84. 什么是慢性连续性头痛? 怎么治疗?	77
85. 激素替代疗法适用于哪些患者?	78
86. 偏头痛的研究动向是怎样的?	79

六、非偏头痛性血管性头痛 80

87. 什么是丛集性头痛?	80
88. 丛集性头痛发作时怎么处理?	80
89. 如何确诊颞动脉炎头痛?	80
90. 高血压与头痛有什么关系?	81
91. 头痛时伴有呕吐就一定是危险的信号吗?	82
92. 哪些脑血管病可以发生头痛?	83
93. 蛛网膜下腔出血引起的头痛有什么特点?	83
94. 为什么急性脑出血会引起头痛?	85
95. 脑出血引起的头痛常伴有哪些症状?	85
96. 脑出血引起的头痛应做哪些检查?	86
97. 为什么脑梗死会引起头痛?	86
98. 脑梗死引起的头痛有哪些伴随症状? 如何诊断?	87
99. 如何预防脑血管病性头痛?	87
100. 脑血管疾病引起的头痛如何治疗?	88



七、外伤性头痛 89

- 101. 什么是外伤性头痛? 外伤后发生头痛的
机理是什么? 89
- 102. 哪些外伤可引起头痛? 如何分类? 89
- 103. 外伤性头痛初期应如何判断伤情? 90
- 104. 头部外伤后应如何进行早期处理? 91
- 105. 头皮外伤后头痛有何特点? 如何处理? 91
- 106. 颅骨骨折导致的头痛应如何处理? 92
- 107. 儿童头部外伤后头皮下长期肿胀并头痛
是怎么回事? 93
- 108. 什么是脑震荡? 有哪些主要表现? 93
- 109. 脑震荡应如何治疗? 94
- 110. 什么是脑挫裂伤? 有哪些临床表现? 95
- 111. 外伤性颅内血肿致头痛有何特点? 如何治疗? 96
- 112. 开放性颅脑损伤应如何处理? 96
- 113. 外伤后硬脑膜积液引起的头痛如何治疗? 96
- 114. 颅脑损伤后颅内慢性血肿是怎么回事?
其头痛有何特点? 97
- 115. 哪些颅脑外伤后遗症可导致头痛? 应如何治疗? 97
- 116. 什么是脑外伤后神经衰弱综合征? 应如何防治? 99
- 117. 什么是外伤性低颅压综合征? 100
- 118. 急性颈部软组织损伤、颈椎伤会导致头痛吗? 101

八、非血管性颅内疾患引起的头痛 102

- 119. 引起头痛的非血管性颅内疾患有哪些? 102
- 120. 引起头痛的颅内感染性疾病有哪些? 102
- 121. 脑膜炎、脑炎以及中毒性脑病引起的头痛有何特点?
发生机理如何? 102
- 122. 头痛是隐球菌性脑膜炎的突出症状吗? 103
- 123. 为什么脑脓肿最早和突出的表现是头痛?
如何诊断? 103



124. 脑蛛网膜炎所引起的头痛有何特点? 104
125. 脑寄生虫病会引起头痛吗? 104
126. 引起头痛的颅内占位性病变有哪些? 106
127. 脑肿瘤病人一定会发生头痛吗? 106
128. 颅内转移瘤病人以头痛为首发症状吗? 106
129. 脑结核瘤与脑肿瘤都有头痛症状, 二者如何鉴别? 107
130. 垂体瘤引起的头痛有哪些伴随症状? 108
131. 为什么腰椎穿刺术后常常发生头痛? 108
132. 腰椎穿刺术后发生头痛应当如何处理?
如何预防? 108
133. 腰椎麻醉后头痛应如何处理? 109
134. 颅内低压性头痛有何特点? 109
135. 高颅压头痛有哪些特点? 109
136. 可能引起良性颅压增高头痛的原因有哪些? 111

九、颅神经痛 113

137. 常见的引起头痛的头面部神经有哪些? 113
138. 舌咽神经痛有何特点? 如何治疗? 113
139. 蝶腭神经痛有何特点? 如何治疗? 114
140. 面神经痛是怎么回事? 如何治疗? 115
141. 鼻睫神经痛有何特点? 如何治疗? 116
142. 喉上神经痛有何特点? 如何治疗? 116
143. 眶上神经炎引起的头痛有何特点?
如何治疗? 117
144. 耳颞神经痛有何特点? 如何治疗? 117
145. 枕神经痛有何特点? 如何治疗? 117
146. 原发性三叉神经痛的病因有哪些? 118
147. 继发性三叉神经痛的病因有哪些? 119
148. 三叉神经痛有何特点? 119
149. 三叉神经痛需与哪些头痛鉴别? 121
150. 三叉神经痛应如何治疗? 122
151. 头面部带状疱疹是怎么发病的? 122



152. 头面部带状疱疹引起的头痛有何特点? 123
153. 头面部带状疱疹有哪些治疗方法? 123
154. 什么是带状疱疹后神经痛? 怎么治疗? 124

十、 头部器官及临近组织病变引起的头痛 125

155. 哪些眼病易引起头痛? 125
156. 什么情况下应考虑为眼源性头痛? 126
157. 常见的眼科专科检查有哪些? 126
158. 青光眼导致的头痛有何特点? 如何治疗? 126
159. 葡萄膜炎引起的头痛有何特点? 如何治疗? 127
160. 屈光不正为什么会致头痛? 应如何治疗? 128
161. 视神经病变引起的头痛有何特点? 如何治疗? 129
162. 眼源性头痛应如何注意预防保健? 130
163. 什么是鼻源性头痛? 发病机理是什么?
有何特点? 130
164. 鼻中隔偏曲是怎么回事? 为什么会致头痛? 131
165. 哪些原因易引起鼻窦炎? 132
166. 鼻窦炎有哪些类型? 其所致头痛各有何特点?
有哪些常见症状? 133
167. 急、慢性鼻窦炎的治疗原则是什么?
有哪些治疗方法? 134
168. 伤风引起的头痛有何特点? 如何治疗? 135
169. 日常生活应如何预防、调治鼻窦炎所致的头痛? 135
170. 为什么儿童易患鼻窦炎? 136
171. 为什么头痛患者应警惕鼻咽部的恶性肿瘤? 137
172. 耳源性头痛常见原因有哪些? 其发生机理是什么?
有何特点? 138
173. 牙齿及牙周疾病为什么会引起头痛? 有何特点? 139
174. 颞下颌关节紊乱综合征所致头痛有何特点?
如何治疗? 140
175. 颈椎病为什么会致头痛? 有何特点? 141



十一、无结构性疾患的杂类头痛 142

- 176. 过多服用冰淇淋为什么会引起头痛? 142
- 177. 经常突然出现头部刀刺样疼痛是怎么回事? 142
- 178. 为什么性生活时或过后会头痛? 143
- 179. 为什么一咳嗽就头痛? 144
- 180. 良性用力性头痛是怎么产生的? 怎么预防? 144
- 181. 什么是压迫性头痛? 145

十二、紧张性头痛 146

- 182. 何谓紧张性头痛? 146
- 183. 紧张性头痛常见的病因有哪些? 146
- 184. 紧张性头痛的典型症状是怎样的? 147
- 185. 紧张性头痛的起病诱因如何? 147
- 186. 如何防治紧张性头痛? 147

十三、与某些物质或某些物质戒断有关的头痛 149

- 187. 药物可以导致头痛吗? 149
- 188. 扩张血管药是怎样引起头痛的? 149
- 189. 哪些扩张血管药物能引起头痛? 149
- 190. 饮食和头痛有什么关系? 150
- 191. 什么是中毒性头痛? 150
- 192. 亚硝酸盐中毒引起的头痛如何诊治?
如何预防? 151
- 193. 阿片类药物中毒或戒断时出现头痛该怎么办? 152
- 194. 重金属中毒引起的头痛如何诊治? 如何预防? 154
- 195. 农药中毒引起的头痛如何诊治? 如何预防? 155
- 196. 夏天喝冷饮为什么会引起头痛? 159
- 197. 毒蕈中毒引起的头痛如何诊治? 如何预防? 160
- 198. 日射病引起头痛怎么办? 161



199. 为什么饮酒后会头痛? 需要治疗吗? 如何预防?	161
200. 戒酒会引起头痛吗? 如何预防?	162
201. 吸烟会引起头痛吗?	163
202. 一氧化碳中毒是如何导致头痛的? 其头痛有何特点? 怎样治疗? 如何预防?	163
203. 什么是“撤停性头痛”?	164
204. 什么是麦角胺依赖性?	164
205. 花香引起的头痛是怎么回事?	165
206. 什么是红肠面包头痛?	166
207. 什么是硝酸甘油头痛?	166
208. 什么是冰淇淋头痛?	167
209. 什么是“中国菜综合征”?	167
210. 什么是宿醉头痛?	168

十四、颅脑外感染引起的头痛 169

211. 引起头痛的颅外感染性疾病有哪些?	169
212. 感染性疾病是怎样引起头痛的?	169

十五、代谢性、内分泌疾病及其他原因引起的头痛 170

213. 为什么初到高原地区会出现头痛?	170
214. 贫血病人为什么容易出现头痛?	170
215. 贫血性头痛应该怎样治疗?	171
216. 白血病病人为什么会出现头痛? 怎样防治?	171
217. 头痛病人为什么要吃好早餐?	171
218. 怎样防治低血糖头痛?	172
219. 为什么糖尿病病人突然出现头痛时要及时到医院治疗?	173
220. 慢性肾病病人出现头痛时, 为什么要引起重视?	173
221. 病人出现头痛并伴有烦躁、少尿或无尿时, 为何要马上到医院就诊?	174
222. 尿毒症头痛应怎样进行检查及治疗?	174



223. 血液透析后为什么会出现头痛?	174
224. 血液透析后出现头痛应该怎么办?	175
225. 为什么有些女性在经前易出现头痛?	175
226. 妇女经前出现头痛有什么后遗症吗?	176
227. 如何防治经前头痛?	176
228. 女性绝经前后为什么容易出现头痛?	177
229. 怎样防治更年期头痛?	177
230. 痛风病人为什么会出现头痛?	178
231. 甲状腺机能亢进病人为什么会 出现头痛?	178
232. 如何治疗甲状腺机能亢进引起的头痛?	178
233. 如何防治变态反应性疾病引起的头痛?	179

十六、其他全身性疾病引起的头痛 180

234. 引起头痛的全身性疾病有哪些?	180
235. 心血管疾病会引起头痛吗?	180
236. 消化系统疾病会引起头痛吗?	180
237. 泌尿系统疾病会引起头痛吗?	181
238. 引起头痛的中毒因素有哪些?	182
239. 为什么中暑与热射病会引起剧烈头痛?	182
240. 贫血性头痛是怎么回事?	182
241. 妊娠期头痛的原因是什么? 如何处理?	183
242. 何谓头痛型癫痫?	183
243. 头痛性癫痫的诊断要点是什么?	183
244. 头痛性癫痫与偏头痛如何鉴别?	184

十七、头痛的食疗 185

245. 外感风寒头痛时应怎样安排食谱?	185
246. 外感风热头痛如何进行食疗?	186
247. 怎样合理安排外感风湿头痛病人的饮食?	186
248. 怎样吃对偏头痛有益?	186