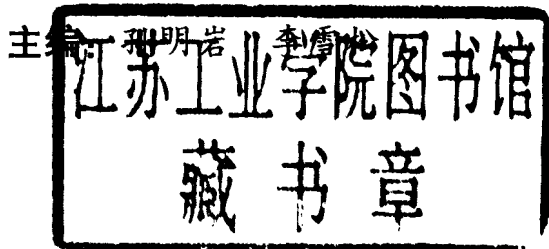




中国家庭自诊自疗自养

# 头痛防治法 260



时代文艺出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

中国家庭自诊自疗自养/李繁春, 李治罡主编. - 长春: 时代文艺出版社, 1999.12

ISBN 7-5387-1379-4

I. 中… II. ①李… ②李… III. 常见病-防治-普及读物 IV. R4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 73053 号

### 《中国家庭自诊自疗自养》编委会

主任: 李繁春 李治罡  
主编: 孙明岩 李雪松  
副主编: 苏燕 姜佩华 汤淑云  
编委: 郝丽颖 张晓红 张轶群 张惠文  
姚丽 常晓霁 冯华 钟理  
赵晓东 张维权 李卓明

## 中国家庭自诊自疗自养 头痛防治法 260

主 编: 孙明岩 李雪松

责任编辑: 崔卓力

责任校对: 崔卓力

装帧设计: 刘剑红

出 版: 时代文艺出版社

(长春市人民大街 124 号 邮编: 130021 电话: 5638648)

发 行: 全国新华书店经销

刷: 山东安丘一中印刷厂

本: 850×1168 毫米 32 开

数: 199 千字

张: 8.125 印张

次: 2000 年 5 月第 1 版

次: 2000 年 5 月第 1 次印刷

数: 6 000

书 号: ISBN-7-5387-1379-4/I·1339

定 价: 全套 298.00 元 本册定价: 10.00 元

## 目 录

1. 疼痛是怎样产生的? ..... (1)
2. 头痛是什么病症? ..... (2)
3. 疼痛敏感结构与头痛有何关系? ..... (3)
4. 人为什么会头痛? ..... (4)
5. 头痛的致病因素有哪些? ..... (5)
6. 头痛的症状要点和关联因素有哪些? ..... (6)
7. 头痛的时间特征对诊断有何意义? 头痛有何前驱症状和并发症? ..... (8)
8. 头痛的性质、程度特征对诊断有何意义? ..... (9)
9. 头痛的部位特征对诊断有何意义? ..... (10)
10. 如何根据病因、机制、时间因素进行头痛分类? ..... (12)
11. 头痛在临床特征上有何分类标准? ..... (13)
12. 什么样的头痛是危险的, 应当引起注意? ..... (14)
13. 诊断头痛可选用哪些检查方法? ..... (15)
14. 什么是脑电图? 正常人的脑电图有何特征? 怎样用于临床诊断? ..... (16)
15. 什么是脑血流图? 有何诊断意义? ..... (19)
16. 哪些与头痛有关的疾病应做 CT 检查? ..... (20)
17. MRI 在头痛诊断中有何意义? 与 CT 相比有何特点? ..... (21)
18. DSA 对头痛诊断有何意义? ..... (22)
19. 什么是 TCD? 对头痛诊断有何意义? ..... (22)
20. 眼底检查对头痛诊断有何意义? ..... (23)
21. 脑脊液检查有哪些重要的临床意义? ..... (23)

22. 血管性头痛怎样分类? 如何鉴别? ..... (25)
23. 偏头痛是如何发生的? ..... (26)
24. 偏头痛的发病诱因有哪些? ..... (27)
25. 偏头痛是怎么回事? ..... (27)
26. 偏头痛有什么特点? ..... (28)
27. 偏头痛病人有多少? ..... (29)
28. 如何诊断偏头痛? ..... (31)
29. 哪些疾病可出现类似偏头痛的症状? ..... (32)
30. 典型偏头痛发作过程分几期? 病理变化如何? .....  
..... (33)
31. 典型偏头痛有何特征? ..... (34)
32. 什么是“光幻视”? 偏头痛与应激反应有何关系? ...  
..... (35)
33. 无先兆偏头痛有何临床特征? ..... (36)
34. 偏头痛有哪些不常见的亚型? ..... (37)
35. 什么是丛集性头痛? ..... (38)
36. 丛集性头痛是如何发生的? 有何诱发原因? ... (38)
37. 丛集性头痛病人有何个性特点? ..... (39)
38. 丛集性头痛发作时有何特征? ..... (40)
39. 丛集性头痛的诊断标准如何? 何种丛集性头痛容易误  
诊? ..... (41)
40. 丛集性头痛是偏头痛的一种吗? ..... (42)
41. 什么是紧张性头痛? 与“神经性头痛”、“肌收缩  
性头痛”是一回事吗? ..... (42)
42. 紧张性头痛的病因如何? ..... (43)
43. 紧张性头痛有何临床特征? ..... (44)
44. 紧张性头痛是怎样发生的? ..... (45)
45. 神经衰弱的头痛有什么特点? ..... (46)

46. 对神经衰弱的头痛怎么办? ..... (47)
47. 颅神经痛包括哪些? 带状疱疹性头面痛有何特征?  
..... (48)
48. 何为枕后神经痛? ..... (48)
49. 枕神经痛应想到哪些疾病? ..... (49)
50. 颈椎病能引起枕神经性头痛吗? ..... (49)
51. 头痛伴有额部红色条纹应想到什么病? ..... (50)
52. 颞动脉炎能引起头痛吗? ..... (51)
53. 三叉神经痛有哪些临床特点? ..... (52)
54. 有关三叉神经痛的病因有哪几种学说? ..... (54)
55. 三叉神经痛有何特征? 应与哪些疾病相鉴别? .....  
..... (55)
56. “五官”有病会引起头痛吗? ..... (56)
57. 眼源性头痛如何分类? 疼痛特点如何? ..... (57)
58. 青光眼能引起头痛吗? 如何诊断? ..... (58)
59. 什么是鼻窦? 鼻部疾病怎样引起头痛? ..... (59)
60. 急性鼻窦炎引起头痛有何临床特点? 怎样治疗? ...  
..... (60)
61. 头痛伴有某些症状应警惕鼻咽癌的发生? ..... (61)
62. 耳部疾病怎样引起头痛? ..... (61)
63. 牙痛与头痛有何关系? 如何诊断牙髓炎? ..... (62)
64. 脑的血液供应特点与哪些临床现象有关? ..... (63)
65. 哪些血管疾患与头痛有关? ..... (64)
66. 头痛是脑血管病的先兆吗? ..... (66)
67. 突然剧烈头痛可能是什么病? ..... (67)
68. 引起头痛的脑血管疾病如何鉴别? ..... (68)
69. 如何诊断脑出血? 其头痛有何特征? ..... (69)

- 
70. 如何诊断蛛网膜下腔出血？其头痛有何特征？ ..... (70)
71. 脑血栓形成有何临床特征？有无头痛症状？ ... (71)
72. 脑栓塞常见的病因是什么？ ..... (73)
73. 颅内动静脉畸形会引起头痛吗？ ..... (73)
74. 脑动脉瘤破裂引起头痛为什么必须早期诊断？ ..... (73)
75. 脑动脉硬化有何临床表现？中医怎样治疗？ ... (74)
76. “脑底动脉环闭塞症”怎样引起头痛？ ..... (75)
77. 有头痛就是长脑瘤了吗？ ..... (75)
78. 头痛伴有什么症状应怀疑脑瘤？ ..... (76)
79. 头痛是脑瘤的主要症状吗？ ..... (77)
80. 脑瘤引起的头痛有什么特点？ ..... (78)
81. 患脑肿瘤的病人为什么会头痛？ ..... (79)
82. 头痛伴有那些症状应想到颅内转移癌？ ..... (80)
83. 如何诊断脑结核瘤？ ..... (80)
84. 诊断颅内肿瘤应做哪些检查？ ..... (81)
85. 颅内占位性病变常见的有哪些？对人体有什么影响？ ..... (82)
86. 颅内压增高怎样引起脑瘤疼痛？为什么头痛病人一定要查眼底？ ..... (83)
87. 手术切除是治疗脑瘤的首选方法吗?? ..... (83)
88. 颅内炎症性疾病引起的头痛分几类？有何特点？ ... (84)
89. 头痛伴有发烧和脖子发硬是脑膜炎吗？ ..... (84)
90. 病毒性脑膜炎、结核性脑膜炎、化脓性脑膜炎均可出现头痛，临床特征有何不同？ ..... (85)
91. 如何根据头痛等临床症状鉴别诊断肺炎双球菌脑膜

- 炎、流行性脑脊髓膜炎、流行性乙型脑炎? … (87)
92. 头皮、皮下及颅骨的炎症、肿瘤引起的头痛有何特点? …… (88)
93. 什么是脑囊虫病? 其头痛症状有何特点? 怎样诊治? …… (88)
94. 脑肺吸虫病能引起头痛吗? 有何特征? …… (90)
95. 神经梅毒引起头痛有何特点? …… (90)
96. 森林脑炎引起头痛有何特点? …… (91)
97. 狂犬病能出现头痛吗? 有何特征? …… (91)
98. 流感、风疹、猩红热、流行性出血热、腮腺炎等传染病都可引起头痛, 怎样正确诊断? …… (92)
99. 钩端螺旋体病可出现剧烈头痛, 怎样确立诊断? …… (93)
100. 颅内压增高是如何发生的? 怎样引起头痛? …… (94)
101. 什么是良性颅内压增高综合症? 有何临床特点? 怎样治疗? …… (95)
102. 良性颅内压增高综合症, 发生的病因如何? …… (96)
103. 什么是脑积水? 最早出现的症状是什么? …… (98)
104. 颅内低压性头痛可以由腰椎穿刺引起吗? 什么是原发性颅内低压性头痛? …… (99)
105. 怎样防治腰穿后头痛? …… (100)
106. 头痛与头部外伤有何关系? 如何诊断? …… (100)
107. 颅脑损伤时主要的临床表现有哪些? …… (102)
108. 什么是脑疝? 主要的临床表现有哪些? …… (103)
109. 脑挫裂伤有何临床特征? 怎样引起头痛? …… (105)
110. 什么叫脑震荡? 引起头痛有何特点? …… (106)



- 
- 111. 硬脑膜外血肿、颅骨骨折引起的头痛有何临床特征?  
..... (108)
  - 112. 常见的急、慢性中毒有哪些? 引起的头痛有何诊断  
意义? ..... (108)
  - 113. 职业性汞、铅中毒常有头痛, 其临床表现有何不同?  
..... (109)
  - 114. 汽油中毒为什么会引起头痛, 有何临床表现? .....  
..... (110)
  - 115. 颠茄碱类中毒后头痛有何临床特征? 如何防治? ...  
..... (112)
  - 116. 急性乙醇中毒引起的头痛有何特征? 如何防治? ...  
..... (112)
  - 117. 一氧化碳中毒引起头痛有何临床特征? 如何防治?  
..... (113)
  - 118. 有机磷农药中毒后头痛有何临床特征? 如何防治?  
..... (113)
  - 119. 什么是口香糖性头痛? ..... (114)
  - 120. 什么是咳嗽性头痛? 有何临床表现? ..... (114)
  - 121. 咳嗽性头痛是如何发生的? 怎样防治? ..... (115)
  - 122. 重度妊娠中毒症引起头痛有何临床特征? ... (116)
  - 123. 如何诊断头痛性癫痫? 在临床症状上与偏头痛有何  
不同? ..... (118)
  - 124. 头痛性癫痫与癫痫性头痛一样吗? 临床特征有何不  
同? ..... (118)
  - 125. 癫痫的头痛有什么特点? ..... (119)
  - 126. 结节性多动脉炎、血栓闭塞性脉管炎能引起头痛吗?  
..... (120)

127. 过度换气综合症能引起头痛吗？有何临床特点？ …  
…………… (121)
128. 高血压病为什么会头痛？高血压危象引起头痛有何特征？ …………… (122)
129. 高血压病引起头痛有何临床特征？ …………… (123)
130. 高血压病头痛有何特点？怎样治疗？用药应注意什么问题？ …………… (124)
131. 高血压性头痛如何防治？ …………… (125)
132. 消化不良、便秘、寄生虫、溃疡病、胃炎等疾病引起头痛有何特征？怎样防治？ …………… (126)
133. 急慢性肾炎、肾功能不全引起头痛有何特征？怎样防治？ …………… (127)
134. 甲亢、更年期综合症、功能性浮肿、肾上腺皮质机能亢进引起的头痛有何特征？怎样防治？ … (128)
135. 血液疾病引起头痛有何特征？怎样防治？ … (129)
136. 变态反应能引起头痛吗？如何预防？ …………… (129)
137. 变态反应性疾病发生头痛有何特征？ …………… (131)
138. 糖尿病代谢紊乱引起的头痛有何临床特征？怎样防治？ …………… (131)
139. 脱髓鞘疾病是怎么回事？能引起头痛吗？ … (132)
140. 低氧性头痛、低血糖性头痛是怎么回事？ … (132)
141. 什么是肺性脑病？除头痛外还会出现哪些临床症状？  
…………… (133)
142. 慢性贫血能引起头痛吗？ …………… (134)
143. 原发性醛固酮增多症为什么会引起头痛？有何临床表现？继发性醛固酮增多症由何引起？ …… (134)
144. 眼—口—生殖器三联症引起的头痛有何特点？ ……  
…………… (134)

145. 头痛与性活动有关吗? ..... (135)
146. 怎样诊断性交头痛、性交头痛应用何种药物治疗?  
..... (136)
147. 什么是“高原头痛”? 如何治疗? ..... (137)
148. 什么是戒断性头痛与戒酒综合症? ..... (137)
149. 吸烟引起头痛有哪些危害? ..... (138)
150. 饮酒为什么会头痛? 什么是宿醉性头痛? ... (138)
151. 什么是良性锻炼性头痛? ..... (139)
152. 冷激性头痛是怎么回事? ..... (140)
153. 什么是“热狗性头痛?” “中国餐馆综合症”是什么  
原因引起的? ..... (140)
154. 儿童会患头痛吗? ..... (141)
155. 哪些原因可以引起小孩头痛? ..... (141)
156. 小儿头痛应想到哪些疾病? ..... (142)
157. 儿童偏头痛有何特点? ..... (143)
158. 儿童头痛治疗有何特点? ..... (144)
159. 女性为什么患头痛者多? ..... (145)
160. 妇女的头痛有什么特点? ..... (146)
161. 口服避孕药与头痛有关吗? ..... (146)
162. 头痛与女性月经周期有关吗? ..... (147)
163. 头痛为什么不能滥用止痛药? ..... (148)
164. 头痛用药应注意什么? ..... (149)
165. 哪些是麻醉性止痛药? 为什么需由医生特殊处方才  
能使用? ..... (149)
166. 阿司匹林为什么有止痛作用? 非那西丁、扑热息痛、  
氨基比林如何应用? ..... (151)
167. 消炎痛、炎痛喜康、布洛芬、颅痛定治疗头痛有何  
特点? 怎样应用? ..... (152)

168. 抗焦虑药常用于何种头痛？安定类药物有哪些？  
怎样应用？ ..... (153)
169. 抗抑郁药对头痛治疗有什么作用？多虑平、阿米替林、丙咪嗪如何应用？ ..... (155)
170. 溴化物、卡马西平可治疗什么样的头痛？ ... (156)
171. 各类不同病症头痛的预后有何不同？ ..... (157)
172. 什么样的头痛适用于麦角胺治疗？顿挫疗法是怎么回事？ ..... (158)
173. 偏头痛在药物治疗上应注意哪些？ ..... (159)
174. 治疗偏头痛有哪些常用药物？麦角胺、咖啡因、组织胺等如何应用？ ..... (160)
175. 治疗紧张性头痛可应用抗过敏药，常用的有哪几种？  
..... (161)
176. 偏头痛能治愈吗？发作时有无生命危险？ ... (162)
177. 怎样预防偏头痛的发作？ ..... (163)
178. 如何从内外环境因素，预防偏头痛的发作？ .....  
..... (164)
179. 偏头痛患者有何心理特征？怎样自我调整？ .....  
..... (165)
180. 偏头痛病人饮食应注意什么？ ..... (166)
181. 偏头痛患者有何性格特征？情绪变化对偏头痛发作  
有什么影响？ ..... (166)
182. 中医对偏头痛的调护如何认识？ ..... (167)
183. 丛集性头痛如何治疗？ ..... (168)
184. 紧张性头痛的药物治疗应注意什么？ ..... (169)
185. 得了神经衰弱怎么办？ ..... (170)
186. 磁疗怎样治疗头痛？ ..... (171)
187. 什么是光疗？可治疗哪些头痛？ ..... (171)

- 
188. 热疗包括哪些方法, 可治疗何种头痛? ..... (172)
189. 电疗分哪几类? 适用于哪些头痛? ..... (172)
190. 水疗对人体有何作用? 怎样治疗头痛? ..... (174)
191. 什么是生物反馈? 怎样治疗头痛? ..... (174)
192. 自我松弛疗法与气功疗法均可治疗头痛? 二者有何不同? ..... (175)
193. 什么是心理治疗? 可用于哪些头痛? ..... (176)
194. 弗洛伊德的无意识论与非指导性心理治疗对头痛治疗有何意义? ..... (177)
195. 中医对头痛有何认识? ..... (178)
196. 中医学对头痛如何分类? ..... (179)
197. 头痛的中医诊查有何要点? ..... (180)
198. 耳穴怎样诊断头痛? ..... (181)
199. 中医治疗头痛有哪些行之有效的办法? ..... (183)
200. 中医对头痛是怎样辨证施治的? ..... (184)
201. 中医中药的活血化瘀方法为什么能治疗头痛? .....  
..... (185)
202. 中医外感头痛的发病机理如何? ..... (186)
203. 风寒头痛、风热头痛、风湿头痛如何辨证治疗? ...  
..... (186)
204. 外感、内伤头痛如何区分? 怎样选用头痛引经药?  
..... (188)
205. 中医内伤头痛的发病机理如何? ..... (188)
206. 如何区分肝阳头痛与肾虚头痛? 怎样治疗? .....  
..... (190)
207. 血虚、痰浊、瘀血头痛辨证治疗有何不同? .....  
..... (190)

208. 你想知道几种治疗头痛的实用中医方剂吗? ..... (192)
209. 远视眼、近视眼引起的头痛中医怎样治疗? ..... (192)
210. 急性脑震荡、脑震荡后遗症中医怎样治疗? ..... (193)
211. 更年期综合症、经行头痛中医怎样治疗? ... (194)
212. “正天丸”、“镇脑宁”适于治疗何种疼痛? ..... (195)
213. 什么是偏头风、雷头风? 中医怎样治疗? ... (195)
214. 中医经络学对偏头痛如何认识? ..... (196)
215. 中医对偏头痛怎样分型治疗? ..... (196)
216. 祖国医学对偏头痛有何记载? ..... (197)
217. 中医对流感、乙脑、流脑头痛治疗上有何独到之处? ..... (197)
218. 怎样辨证选用中成药治疗头痛? ..... (199)
219. 你知道几种治疗头痛的古代名方药酒吗? ... (202)
220. 你知道常用的头痛药茶方吗? ..... (204)
221. 外敷药物怎样治疗头痛? ..... (206)
222. 穴位贴敷法怎样治疗头痛? ..... (207)
223. 中医针灸怎样辨证治疗头痛? ..... (208)
224. 中医针灸典籍治疗头痛有何记载? ..... (211)
225. 刺神经干法怎样治疗头痛? ..... (213)
226. 耳针、皮肤针法怎样治疗头痛? ..... (213)
227. 刺血法怎样治疗头痛? ..... (214)
228. 毫针法治疗头痛有几种有效方法? ..... (215)
229. 头部取穴法怎样治疗头痛? ..... (216)
230. 巨刺透针法怎样治疗头痛? ..... (217)

- 
231. 梅花针怎样治疗头痛? ..... (219)
232. 梅花针怎样治疗三叉神经痛? ..... (220)
233. 灸法怎样治疗头痛? ..... (220)
234. 拔罐法怎样治疗头痛? ..... (222)
235. 刺络拔罐法、穴位注射加中药综合疗法怎样治疗头痛? ..... (223)
236. 中医刮痧法怎样治疗头痛? ..... (224)
237. 气功点穴怎样治疗头痛? ..... (226)
238. 循经运气点穴法怎样治疗头痛? ..... (227)
239. 常规点穴法怎样治疗头痛? ..... (228)
240. 你知道两种治疗头痛的特殊点穴法吗? ..... (229)
241. 穴位封闭治疗头痛有哪些常用方法? ..... (230)
242. 怎样用躯干按摩法治疗头痛? ..... (231)
243. 自我保健按摩怎样防治头痛? ..... (232)
244. 足穴按摩疗法怎样治疗头痛? ..... (233)
245. 元阴功怎样治疗头痛? ..... (233)
246. 治疗神经性头痛的“望月观星”法怎样练习? .....  
..... (236)
247. 练习太极拳对头痛有好处吗? ..... (237)
248. 松静站桩功防治头痛如何练习? ..... (237)
249. 鸣天鼓, 敲玉枕防治头痛怎样练习? ..... (237)
250. 捏脊疗法防治头痛怎样应用? ..... (238)
251. 药浴疗法防治头痛怎样应用? ..... (238)
252. 中药足部熏洗治疗头痛怎样应用? ..... (238)
253. 头痛病人的服饰应注意哪些? ..... (239)
254. 患头痛者的居室应注意哪些? ..... (239)
255. 头痛患者的体育活动应注意哪些? ..... (239)
256. 为什么头痛患者看电视不宜过久? ..... (240)

- 
257. 头痛患者烫发应注意什么? ..... (240)
258. 头痛患者睡眠应注意什么? ..... (240)
259. 预防头痛十诀是什么? ..... (241)
260. 头痛的一般护理要点是什么? ..... (241)



## 1. 疼痛是怎样产生的？

疼痛是损伤性刺激的反映，常常伴有防御性反应和情绪活动，具有保护意义；另一方面又是许多疾病和病理过程的一个主要症状。疼痛是由于超过一定强度的各种刺激（机械性、物理性、化学性等）作用于感觉传导通路的结果，其中以周围神经、脊髓后根、脑神经的感觉根、脑脊膜和丘脑等部分受损时疼痛最明显。

一般认为在皮肤和内脏中有三类痛觉感受器：①对伤害性的温度刺激（45℃或更高）敏感的；②对伤害性机械刺激敏感的；③对化学刺激敏感的。皮肤痛是由于伤害性刺激兴奋了这些感受器，而内脏痛则是由于化学或炎性刺激作用于化学性感受器的结果。但也有人认为机体内没有特殊的痛觉感受器，一般所谓的痛觉感受器就是游离神经末梢，它广泛分布在皮肤各层、小血管和毛细血管结缔组织、腹膜、粘膜下层等处。损伤和超强刺激使局部产生某些化学性致痛物质，兴奋了游离神经末梢，而向中枢发放冲动，即产生痛觉。

化学性致痛物质可分外源性（如强酸、强碱、高张或低张盐水等）和内源性两类。内源性致痛物质在机体内合成和释放，例如在损伤及炎症时释放出钾离子，组织胺、缓激肽；在生理活动时释放出乙酰胆碱、P物质（属多肽类物质），另外还有腺苷类物质等也都具有一定的致痛作用。

关于痛觉的中枢传导通路，在脊髓和脑中是通过外侧脊髓丘脑束传导，然后通过丘脑外侧核群中的后腹核投射到大脑皮质的中央后回和第一躯体感觉区，引起有定位特征的痛觉。另有一部分纤维经脑干或网状结构到达丘脑的内侧核群，然后上传进入大脑皮质中央后回的第二躯体感觉区和大脑的边缘系统。这一通路与痛觉关系密切。