

《自己就是最好的医生》

系列丛书

# 脑血管病

## 自己看

Naoxueguanbing Zìjǐ kàn

### 〔书名的由来〕

很多病人或家属常会遇到这样的情况，看病时总想和医师详细地了解自己的病情，

为什么我会得病？为什么吃药效果不好？为什么……

医生常因工作繁忙，不可能一一详细回答。

本书就是针对这样一个问题，编写成书。回答了患者最想知道的问题，最需要解决的问题。使读者做到遇到问题心中有数，并能根据书中的解答，解决了您实际中遇到的困难，应用自如，故丛书名叫“自己就是最好的医生。”

全丛书体现了“实用性”“科普性”“大众性”“趣味性”

总主编 彭东长 刘谦民

主 编 朱青峰



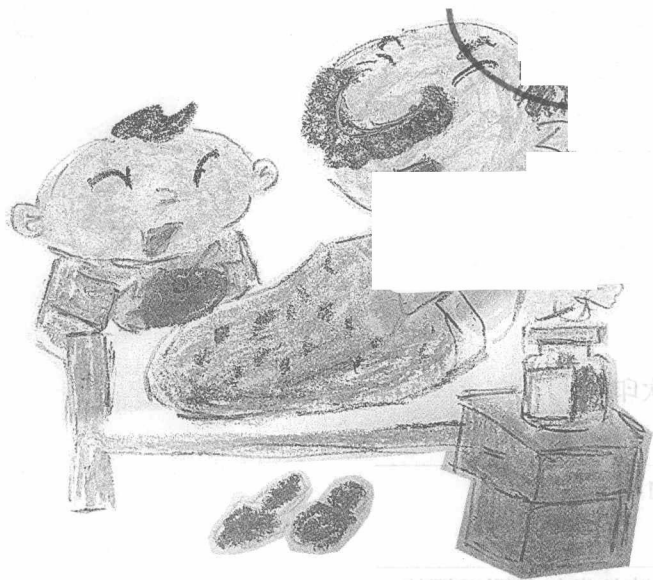
山西出版集团  
山西科学技术出版社

《自己就是最好的医生》  
系列丛书

# 脑血管病

主 编 朱青峰  
副主编 谢荣堂 王国芳 边世春  
编 者 禹书宝 王凤伟 周志国

Naoxueguanbing Zìjǐ kàn



山西出版集团  
山西科学技术出版社

**图书在版编目(CIP)数据**

脑血管病自己看 / 朱青峰编著. — 太原: 山西科学技术出版社, 2010.3

(自己就是最好的医生系列丛书)

ISBN 978-7-5377-3611-4

I. 脑… II. ①朱… III. 脑血管疾病 - 诊疗 IV. R743

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 023429 号

---

**脑血管病自己看**

主 编: 朱青峰

出版发行: 山西科学技术出版社

社 址: 太原市建设南路 21 号

编辑部电话: 0351-4922073

发行部电话: 0351-4922121

电子信箱: cbszzc 2643@sina.com

印 刷: 太原德胜华印业有限公司

开 本: 787×1092 1/16

字 数: 273 千字

印 张: 17.875

版 次: 2010 年 3 月第 1 版

印 次: 2010 年 3 月太原第 1 次印刷

印 数: 3000 册

---

书 号: ISBN 978-7-5377-3611-4

定 价: 33.00 元

---

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。

一个健康的身体对我们来说是非常重要的。不论人的身份、地位如何，贫富差距多大，都无疑要与疾病抗争。拥有金钱不如拥有健康就从侧面说明了健康的重要性和在生活中的地位。如果没有健康的身体，即使生活再优裕，工作再顺心，也无幸福可言。

随着科学技术的发展，人们的健康保健意识不断增强，大病去医院，小病自己看已成为大多数人的选择。为了帮助人们更好的了解医学知识，我们选取了一些常见病和难治病，编撰了《自己就是最好的医生系列丛书》。本丛书共 8 个分册，对常见病的基础知识，主要表现，常用检查，诊断和鉴别，治疗方法，自我保健，饮食治疗，常用药物，以及常用的偏方验方等方面以问答的形式进行了解答，目的是帮助患者较为全面地了解这些病的知识，更好的预防和保健，使病情恢复更快，病人生活的更为幸福。

本丛书的作者均为长期工作在临床一线的各个学科的专家，他们对所撰写的疾病均有丰富的诊治经验。本丛书的编写过程历时 2 年有余，为保证丛书的通俗性、实用性和准确性，大家都几易其稿，反复修改，期望能对患者的康复有所帮助。医学是一门涉及生理、心理、营养、药理等多学科的科学，随着这些学科的发展和进步，本丛书出版后肯定有一些内容和方法落伍或不妥，恳请广大读者批评指正。

本丛书在编写过程中的到了解放军 264 医院各级领导的大力支持，在此一并表示感谢。

## 《自己就是最好的医生系列丛书》编委会名单

总 主 编：彭东长 刘谦民

总 策 划：赵志春

副 主 编：崔士德 刘建平 杨立宇 郭红梅 王韦韦 崔树萍

编 委：王与章 王韦韦 王群元 朱青峰 崔士德 刘永兰

刘建平 刘谦民 杨立宇 续力民 翟守恒 彭东长

武利军 邢林山 郭红梅 宋一雪

编写人员：(以姓氏笔画为序)

王与章 王韦韦 王凤伟 王 宇 王宇洁 王旭东

王存和 王国芳 王彦霞 王 辉 王群元 王慧峰

边世春 白守明 刘永兰 刘建平 刘 清 刘谦民

孙丽芳 孙振军 朱青峰 朱海澎 连 坡 吕继宏

吕双梅 任辉辉 李明明 李 飒 李勇霞 李 鹏

李改兰 宋一雪 余丽娟 阴怀旺 陈其绪 官敬涛

佟秋艳 邢林山 吴惠珍 武利军 武海明 杨立宇

周文燕 周志国 岳 莉 张玲莉 唐 勇 项 毅

胡祖平 贺敬平 柳文晶 禹书宝 倪文杰 段淑琴

高 伟 原艳明 栗 彤 崔士德 崔树萍 续力民

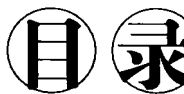
郭红梅 郭英萍 郭树锋 郭晓晶 黄晓娟 彭东长

彭翠英 谢荣堂 韩二鹏 程艳峰 翟守恒

学术秘书：贾海生 武宗理 刘文清

## 一、脑血管病的基础知识

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 1. 脑血管指的是头部血管吗? .....            | 1  |
| 2. 脑部的血液从哪里来? .....              | 3  |
| 3. 脑血管病是怎样的疾病? .....             | 4  |
| 4. 头痛、头晕就是脑血管病吗? .....           | 5  |
| 5. 人们说“脑血管病是老年人的专利”对吗? .....     | 6  |
| 6. “苍蝇不叮无缝的蛋”, 脑血管病爱找哪些人? .....  | 7  |
| 7. 得了脑血管病人会死吗? .....             | 8  |
| 8. 胖人为何容易得脑血管病? .....            | 9  |
| 9. 高血压病人为何易患脑血管病? .....          | 9  |
| 10. 高血脂病人为何易得脑血管病? .....         | 11 |
| 11. “中风”就是脑血管病吗? .....           | 12 |
| 12. 脑血管病发病与年龄有关吗? .....          | 13 |
| 13. 为什么说脑血管病是多数国家三大致死疾病之一? ..... | 13 |
| 14. 什么是脑血管病的“四高”特征? .....        | 14 |
| 15. 为什么脑血管容易发生病变? .....          | 15 |
| 16. 脑血管病如何分类? .....              | 15 |
| 17. 老年人脑血管病的特点是什么? .....         | 17 |



CONTENT

# 目录

## CONTENTS

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| 24. 脑血管病人吃哪些食物好? .....           | 22 |
| 25. 脑血管病人肯定不能长寿吗? .....          | 23 |
| 26. 脑血管病有哪些先兆? .....             | 24 |
| 27. 为什么有的人会被“气死”? .....          | 25 |
| 28. 什么是出血性脑血管病? .....            | 25 |
| 29. 什么叫脑出血? .....                | 25 |
| 30. 什么叫蛛网膜下腔出血? .....            | 26 |
| 31. 什么是缺血性脑血管病? .....            | 27 |
| 32. 什么叫短暂性脑缺血发作? .....           | 28 |
| 33. 什么是颅内动静脉畸形? .....            | 29 |
| 34. “动脉瘤”是瘤子吗? .....             | 31 |
| 35. 什么是脑血栓形成? .....              | 33 |
| 36. 脑血管堵塞后还会再通吗? .....           | 33 |
| 37. 脑血栓常见的病因是什么? .....           | 34 |
| 38. 什么是脑供血不足? .....              | 34 |
| 39. 什么叫脑栓塞? .....                | 36 |
| 40. 脑栓塞常见的病因是什么? .....           | 36 |
| 41. “有钱难买老来瘦”，瘦人不患脑血管病吗? .....   | 36 |
| 42. 什么是混合性脑血管病? .....            | 37 |
| 43. 出血性脑梗死是什么? .....             | 37 |
| 44. 大面积脑梗死是怎么发生的? .....          | 38 |
| 45. 什么是无症状性脑梗死? .....            | 39 |
| 46. 何谓腔隙性脑梗死? .....              | 39 |
| 47. 腔隙性脑梗死常见的病因是什么? .....        | 41 |
| 48. 什么是外伤性脑梗死? .....             | 41 |
| 49. 水利建设上有“分水岭”，脑梗死也有分水岭吗? ..... | 42 |
| 50. 什么叫动脉硬化性脑梗死? .....           | 44 |
| 51. 什么是椎—基底动脉供血不足? .....         | 44 |
| 52. “羊羔疯”属于脑血管病范围吗? .....        | 45 |

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| 53. “烟雾病”是脑血管内有烟雾吗？ .....         | 46 |
| 54. 是谁偷走了脑袋的血？——什么是脑动脉盗血综合征？ ...  | 47 |
| 55. 颅内静脉血栓是怎样形成的？ .....           | 48 |
| 56. 血管性痴呆是怎样形成的？ .....            | 49 |
| 57. 什么是脑心综合征？ .....               | 50 |
| 58. “脑疝”病人会死吗？ .....              | 51 |
| 59. 什么是脑死亡？ .....                 | 52 |
| 60. 脑血管病人的潜在杀手——脑血管病的危险因素有哪些？ ... | 53 |
| 61. 动脉粥样硬化是如何形成的？ .....           | 55 |
| 62. 什么是皮层下动脉硬化性脑病？ .....          | 55 |
| 63. 什么是脑血管闭塞？ .....               | 56 |
| 64. “植物人”是怎么形成的？ .....            | 58 |
| 65. 脑动脉硬化和脑血管病有什么关系？ .....        | 58 |
| 66. 高血压对脑有哪些损害？ .....             | 59 |
| 67. 什么是高血压脑病？ .....               | 60 |
| 68. 什么是静脉窦血栓？ .....               | 60 |
| 69. 血压不高的人会不会得脑血管病？ .....         | 61 |
| 70. 哪些原因引起老年性低血压？ .....           | 61 |
| 71. 老年人应如何防治低血压？ .....            | 62 |
| 72. “老年痴呆”是不是脑血管病的表现？ .....       | 63 |
| 73. 糖尿病与脑血管病有哪些关系？ .....          | 63 |
| 74. 心脏病与脑血管病有哪些关系？ .....          | 63 |
| 75. 高脂血症与脑血管病有哪些关系？ .....         | 65 |
| 76. 高黏血症与脑血管病有哪些关系？ .....         | 66 |
| 77. 肥胖与脑血管病有哪些关系？ .....           | 67 |
| 78. 妇女在妊娠期、分娩期、产褥期为什么易发生脑血管病？ ... | 67 |
| 79. 脑血管病人能吸烟吗？ .....              | 68 |
| 80. 脑血管病人能饮酒吗？ .....              | 68 |
| 81. 脑血管病人能剧烈活动吗？ .....            | 69 |



## CONTENTS

|                                                |    |
|------------------------------------------------|----|
| 82. 心脏能放支架，您听说过脑袋内也能放支架吗？ .....                | 69 |
| 83. 命运掌握在自己手中，生活中把住哪些环节可以使脑血管病预后良好？ .....      | 70 |
| 84. 如何判断脑梗死的预后？ .....                          | 70 |
| 85. 哪些信号可以提示脑出血的预后好坏？ .....                    | 71 |
| 86. 如何判断蛛网膜下腔出血的预后？ .....                      | 72 |
| 87. 为什么说颅内动脉瘤是“定时炸弹”？ .....                    | 72 |
| 88. 硬脑膜动静脉瘘是脑血管病吗？ .....                       | 72 |
| 89. 只有甲亢才会“突眼”吗？ .....                         | 73 |
| 90. “龙生龙凤生凤，老鼠的儿子会打洞”，脑血管病患者子女的脑血管会有问题吗？ ..... | 74 |
| 91. 为什么突然头部爆裂样头痛，要警惕蛛网膜下腔出血发生？ ..              | 75 |
| 92. 脑血栓和脑溢血一样吗？ .....                          | 75 |

## 二、脑血管病的主要表现

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| 1. 生活中有哪些表现要警惕脑血管病？ .....         | 76 |
| 2. 脑血管病人为什么会有偏瘫表现？ .....          | 77 |
| 3. 出血性脑血管病主要有什么表现？ .....          | 77 |
| 4. 蛛网膜下腔出血主要临床表现是什么？ .....        | 78 |
| 5. 动静脉畸形病人主要有什么表现？ .....          | 79 |
| 6. 导致脑出血三大“罪魁祸首”是什么？ .....        | 79 |
| 7. 高血压病人为什么要警惕“高血压性脑出血”？ .....    | 80 |
| 8. 为什么说脑出血部位不同临床表现不一样呢？ .....     | 80 |
| 9. “三偏综合征”是基底节出血的表现吗？ .....       | 83 |
| 10. 什么样的脑出血容易引起偏瘫（丘脑出血有什么特点）？ ... | 84 |
| 11. 脑叶出血的主要临床表现是什么？ .....         | 85 |
| 12. 呼吸、血压不稳定是否是脑干出血的表现？ .....     | 86 |
| 13. 为什么说脑干出血死亡率很高？ .....          | 86 |

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| 14. “眩晕、恶心”是小脑出血的特点吗? .....               | 87 |
| 15. 脑室出血有什么表现? .....                      | 87 |
| 16. 脑室出血的诊断要点是什么? .....                   | 88 |
| 17. “老大肯定比老二大”, 三脑室出血一定比四脑室出血重吗?<br>..... | 89 |
| 18. 四脑室出血有哪些特点? .....                     | 89 |
| 19. 蛛网膜下腔出血头痛的特点是什么? .....                | 89 |
| 20. 老年人蛛网膜下腔出血有何特点? .....                 | 90 |
| 21. 蛛网膜下腔出血病人为什么必须做全脑血管造影检查? ...          | 91 |
| 22. 为什么出血性脑血管病易引起头痛? .....                | 91 |
| 23. 突发刀割样头痛要警惕“脑动脉瘤”? .....               | 91 |
| 24. 脑血管畸形的主要临床表现是什么? .....                | 92 |
| 25. 什么情况下可以宣布病人“脑死亡”? .....               | 93 |
| 26. 哪些脑血管病人需要做脑血管造影检查? .....              | 94 |
| 27. 啥异常感觉也没有就一定没有脑血管病吗? .....             | 94 |
| 28. “饮酒高歌”是哪些脑血管病的甜蜜杀手? .....             | 94 |
| 29. 便秘是诱发脑血管病发作的“引信”吗? .....              | 95 |
| 30. 眼疾久治不愈要警惕脑血管病吗? .....                 | 96 |
| 31. 为什么眼前突然黑蒙要警惕脑中风发作? .....              | 96 |
| 32. 椎基底动脉系统脑梗死的主要临床表现是什么? .....           | 97 |
| 33. 血管性痴呆的主要临床表现是什么? .....                | 97 |
| 34. 脑动脉硬化症的主要临床表现是什么? .....               | 98 |

# 目 录

## CONTENTS

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| 42. 俗话说“江山易改禀性难移”，而为什么有的脑血管病后会有性格改变？ ..... | 102 |
| 43. 脑血管病后易发生那些心理行为反应？ .....                | 103 |
| 44. 为什么脑血管病患者会出现呕吐？ .....                  | 103 |
| 45. 为什么脑血管病患者会出现昏迷不醒？ .....                | 104 |
| 46. 为什么脑血管病患者会出现咖啡色呕吐物？ .....              | 104 |
| 47. 为什么脑血管病患者会出现偏瘫？ .....                  | 104 |
| 48. 为什么脑血管病患者会出现言语障碍？ .....                | 105 |
| 49. 为什么脑血管病患者会出现吞咽困难、饮水呛咳？ .....           | 105 |
| 50. 为什么脑血管病患者会出现呃逆？ .....                  | 106 |
| 51. 癫痫发作，罪魁祸首可能是脑血管病吗？ .....               | 106 |
| 52. 为什么脑血管病患者会出现排尿障碍？ .....                | 106 |
| 53. 脑血管病患者为什么易合并呼吸道感染？ .....               | 107 |
| 54. “眼睛是心灵的窗户”，急性脑血管病时眼睛瞳孔会有什么改变？ .....    | 108 |
| 55. 偏瘫肢体为什么常常会发生疼痛？ .....                  | 108 |
| 56. 偏瘫肢体为什么常常会发生肿胀？ .....                  | 109 |
| 57. 昏迷病人如何判断有无偏瘫？ .....                    | 109 |
| 58. 口角喎斜为何易发生在脑血管病人身上？ .....               | 109 |
| 59. 老年人步态异常就是脑血管病吗？ .....                  | 110 |
| 60. 哪些“蛛丝马迹”可能预知脑血管病？ .....                | 110 |
| 61. 脑血管病人出现哪些情况时要考虑抑郁症？ .....              | 111 |
| 62. 那些信号提示脑血管病人会“九死一生”？ .....              | 111 |
| 63. 哪些信号提示昏迷的脑血管患者可能醒过来？ .....             | 112 |
| 64. 哪些信号提示昏迷的脑血管病患者可能成为“植物人”？ ...          | 112 |
| 65. 那些蛛网膜下腔出血患者提示患有动脉瘤？ .....              | 113 |
| 66. 脑萎缩跟脑血管有关吗？ .....                      | 113 |

### 三、脑血管病的常用检查

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| 1. 血管病为什么要进行血脂检测? .....                   | 114 |
| 2. 血管病为什么要进行血糖、尿糖检测? .....                | 114 |
| 3. 血流变检测对脑血管病有何意义? .....                  | 115 |
| 4. 对脑血管病人为什么要检测同型半胱氨酸? .....              | 115 |
| 5. 溶血磷脂酸和酸性磷脂检测对脑血管病有何意义? .....           | 116 |
| 6. 心电图检查对脑血管病有何意义? .....                  | 116 |
| 7. 脑中风为什么要做颈部血管血管超声检查? .....              | 117 |
| 8. 头晕病人, 医生为什么要开经颅多普勒超声检查? .....          | 117 |
| 9. 脑代谢灌注检查是怎么回事? .....                    | 117 |
| 10. 腰穿就是“抽骨髓”吗? .....                     | 118 |
| 11. 腰穿对脑血管病有何意义? .....                    | 118 |
| 12. 脑血管病人脑脊液化验有何特点? .....                 | 119 |
| 13. 头颅 CT 检查对脑血管病有何意义? .....              | 120 |
| 14. 脑中风病人去医院, 医生为什么会开“CTA”检查? .....       | 121 |
| 15. 核磁共振检测对脑血管病有何意义? .....                | 122 |
| 16. 哪些脑血管病患者需做核磁血管成像 (MRA)? .....         | 122 |
| 17. 脑血管造影及数字减影血管造影 (DSA) 对脑血管病有何意义? ..... | 123 |
| 18. 放射性核素检查对脑血管病有何意义? .....               | 123 |
| 19. 正电子发射计算机断层扫描 (PET) 对脑血管病有何意义? .....   | 124 |
| 20. 脑电图描记对脑血管病有何意义? .....                 | 124 |
| 21. 颅内压监测对脑血管患者有什么帮助? .....               | 125 |
| 22. 诱发电位检查对脑血管病患者有什么意义? .....             | 125 |
| 23. 急性脑血管病重症监护有何意义? .....                 | 126 |

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 24. 动态脑电图是什么意思? .....         | 126 |
| 25. Hunt-Henss 分级是什么意思? ..... | 127 |

## 四、脑血管病的诊断与鉴别

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 1. 病人突然昏迷, 家属应考虑送那个科? .....      | 128 |
| 2. 美尼尔氏病的头晕与脑血管病的头晕有何不同? .....   | 128 |
| 3. 临床上怎样鉴别脑血栓形成与脑出血? .....       | 129 |
| 4. 怎样区别口眼喎斜是周围性面瘫还是脑血管病所致? ..... | 130 |
| 5. 脑栓塞与脑血栓形成有什么区别? .....         | 130 |
| 6. 短暂脑缺血发作与脑血栓形成有何不同? .....      | 130 |
| 7. 短暂性脑缺血发作怎样与局灶性癫痫鉴别? .....     | 131 |
| 8. 脑血栓形成怎样与脑肿瘤鉴别? .....          | 131 |
| 9. 蛛网膜下腔出血的头痛与偏头痛有何不同? .....     | 132 |
| 10. 蛛网膜下腔出血怎样与脑膜炎鉴别? .....       | 132 |
| 11. 脑出血与高血压脑病有何不同? .....         | 132 |
| 12. 低血糖昏迷怎样与脑血管病昏迷形成鉴别? .....    | 133 |
| 13. 脑囊虫病怎样与脑血管病鉴别? .....         | 133 |
| 14. 颅内动脉瘤怎样与血管畸形鉴别? .....        | 135 |
| 15. 痴呆与老年性痴呆有何不同? .....          | 136 |

## 五、脑血管病的治疗方法

|                               |     |
|-------------------------------|-----|
| 1. 脱水降颅压治疗对一些脑血管病人有何帮助? ..... | 138 |
| 2. 脑血管病的亚低温治疗有什么意义? .....     | 138 |
| 3. 激素冲击疗法对脑血管病有什么益处? .....    | 139 |
| 4. 急性脑血管病人为什么要用抑酸药? .....     | 139 |
| 5. 颅内动脉瘤传统手术是怎么回事? .....      | 140 |
| 6. 颅内血管畸形传统手术是怎么回事? .....     | 141 |

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| 7. 颈动脉狭窄怎么手术治疗? .....                               | 142 |
| 8. 血管内介入怎么治疗颅内动脉瘤? .....                            | 143 |
| 9. 血管内介入怎么治疗颅内动静脉畸形? .....                          | 144 |
| 10. 硬脑膜动静脉瘘怎么进行介入治疗? .....                          | 145 |
| 11. 静脉入路如何治疗硬脑膜动静脉瘘? .....                          | 146 |
| 12. 什么是溶栓治疗? .....                                  | 146 |
| 13. 急性脑梗死溶栓治疗有何意义? .....                            | 146 |
| 14. “时间就是生命”, 脑血栓病人为什么在规定时间内才能进行<br>动脉内接触性溶栓? ..... | 147 |
| 15. 脑血栓堵塞脑血管药物溶不开时可以用导丝“捣碎血栓”么?<br>.....            | 148 |
| 16. 脑中风病人为什么要服用阿司匹林? .....                          | 149 |
| 17. 缺血性脑血管病的抗凝治疗有何意义? .....                         | 150 |
| 18. 缺血性脑血管病为什么要进行降纤治疗? .....                        | 150 |
| 19. 血压高了有风险, 为什么急性脑梗塞病人要保持一定的“高血<br>压状态”? .....     | 150 |
| 20. 什么是血液稀释疗法? .....                                | 151 |
| 21. 脑血管病血液稀释疗法应用有何意义? .....                         | 152 |
| 22. 什么是缺血脑保护治疗? .....                               | 152 |
| 23. 缺血性脑血管病如何外科治疗? .....                            | 152 |
| 24. 脑出血的手术治疗有何意义? .....                             | 153 |
| 25. 心脏可以搭桥, 您听说过颅内外血管搭桥治疗? .....                    | 153 |
| 26. 脑出血开颅手术可怕么? .....                               | 153 |
| 27. 脑出血什么情况下需要药物保守治疗? .....                         | 154 |
| 28. 脑出血微创手术——锥颅穿刺血肿抽吸术安全吗? .....                    | 154 |
| 29. 为什么有的手术需要去掉颅骨瓣减压? .....                         | 154 |
| 30. 蛛网膜下腔出血腰穿放脑脊液的指征和注意事项有哪些? ..                    | 155 |
| 31. 哪些脑血管病需要进行脑脊液持续引流? .....                        | 155 |
| 32. 什么是高压氧疗法? .....                                 | 156 |

# 目录

## CONTENTS

|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| 33. 为什么高压氧疗法可以治疗脑血管病？ .....                 | 156 |
| 34. 脑血管后遗症为什么要综合治疗？ .....                   | 157 |
| 35. 自血光量子疗法为什么可以治疗脑血管病？ .....               | 157 |
| 36. 什么是“体外反搏疗法”，它为什么能治疗脑血管病？ .....          | 158 |
| 37. 脑血管病的针刺疗法机理是什么？ .....                   | 159 |
| 38. 脑血管病的中医治疗有何意义？ .....                    | 159 |
| 39. 干细胞移植能够治疗脑血管病吗？ .....                   | 159 |
| 40. “神经促通技术”能治疗脑血管病后遗症吗？ .....              | 160 |
| 41. AM-800 神经网络重建仪如何治疗脑血管病后遗症？ .....        | 160 |
| 42. 康复治疗脑血管病的原理是什么？ .....                   | 160 |
| 43. 肝衰、肾衰能够做器官移植手术，“脑子坏了”能做移植吗？ ...         | 161 |
| 44. 为什么有的脑血管病人要进入“卒中单元”进行治疗？ ...            | 162 |
| 45. 针灸治疗脑血管病后遗症的原理是什么？ .....                | 162 |
| 46. 颈动脉狭窄血管内支架治疗是怎么回事？ .....                | 163 |
| 47. 椎动脉狭窄血管内支架治疗是怎么回事？ .....                | 163 |
| 48. 有的冠心病需要在心脏内放支架，您听说过脑袋内也能放支架<br>么？ ..... | 164 |

## 六、脑血管病的自我保健

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 1. 脑血管病患者为什么越来越多？ .....          | 165 |
| 2. 脑血管病人还能继续工作、学习吗？ .....        | 166 |
| 3. 为什么脑血管病预防胜于治疗？ .....          | 166 |
| 4. 为什么素食者人群中脑血管发病率低？ .....       | 166 |
| 5. 脑血管病自我监测包括哪些？ .....           | 167 |
| 6. 脑血管病人怎样保持体重？ .....            | 167 |
| 7. “酒逢知己千杯少”脑血管病人能喝酒吗？ .....     | 169 |
| 8. “饭后一支烟快活似神仙”脑血管病人可以吸烟吗？ ..... | 169 |
| 9. 脑血管病人常吃水果好吗？ .....            | 169 |

|                                                  |     |
|--------------------------------------------------|-----|
| 10. 脑血管病人可以吃糖吗? .....                            | 171 |
| 11. 老年脑血管病人如何安排自己的运动? .....                      | 171 |
| 12. 哪些危险信号预示脑血管病可能发作? .....                      | 173 |
| 13. 脑血管病患者如何控制自己的情绪? .....                       | 173 |
| 14. 脑血管病患者工作中一定注意哪些事情? .....                     | 173 |
| 15. 年龄与脑血管病有何关系? .....                           | 174 |
| 16. 男人、女人脑血管病发生率有差别吗? .....                      | 174 |
| 17. 脑血管病与遗传有关吗? .....                            | 175 |
| 18. 脑血管病如何度过漫漫冬季? .....                          | 175 |
| 19. 春暖花开心情好, 脑血管病患者春季应该如何保健才能防止<br>“乐极生悲”? ..... | 175 |
| 20. 心理情绪对脑血管病发生有何影响? .....                       | 176 |
| 21. 如何消除和避免脑血管病的诱发因素? .....                      | 176 |
| 22. 病人突然不省人事一定是脑血管病吗? .....                      | 177 |
| 23. 脑血管病人意识不清时家属第一时间应该干什么? .....                 | 179 |
| 24. 脑血管病人在什么情况下需要到医院就医? .....                    | 179 |
| 25. 脑血管病人能参加旅游吗? .....                           | 179 |
| 26. 脑血管病人能从事剧烈运动吗? .....                         | 180 |
| 27. 脑血管病人能坐飞机吗? .....                            | 180 |
| 28. 脑血管病人能游泳吗? .....                             | 181 |
| 29. 患有脑血管病的患者应注意什么? .....                        | 182 |
| 30. 中风后遗症病人出院后应注意什么? .....                       | 182 |
| 31. “病从口入” 脑血管病人如何管好自己的嘴? .....                  | 183 |
| 32. 哪些食物能够预防脑动脉硬化? .....                         | 185 |
| 33. 脑血管病能吃盐吗? .....                              | 185 |
| 34. 食醋与脑血管病有何关系? .....                           | 185 |
| 35. 饮水与脑血管病的预防有什么关系? .....                       | 186 |
| 36. 吃鱼可以降低患脑梗死的危险吗? .....                        | 186 |
| 37. 多吃绿叶菜补充维生素 B 能预防脑血管病吗? .....                 | 186 |

# 目录

## CONTENTS

|                                  |     |
|----------------------------------|-----|
| 38. 疲劳、精神紧张和脑血管病有何关系？ .....      | 187 |
| 39. 卵磷脂能预防脑血管病吗？ .....           | 187 |
| 40. 黑木耳能预防脑血管病吗？ .....           | 187 |
| 41. 睡眠与脑血管病有何关系？ .....           | 187 |
| 42. “生命在于运动”这句话对脑血管病人适用吗？ .....  | 188 |
| 43. 年轻就一定远离脑血管病吗？ .....          | 188 |
| 44. “是药三分毒”——警惕某些药物诱发脑血管病？ ..... | 188 |
| 45. 为什么房颤的病人容易发生脑栓塞？ .....       | 189 |
| 46. 预防脑血管病有哪些常见的误区？ .....        | 189 |
| 47. 为什么有的人容易患动脉瘤？ .....          | 190 |
| 48. 患过脑血管病是否还会复发？ .....          | 190 |
| 49. 脑血管病患者怎么做才能减少病情不进展？ .....    | 190 |
| 50. 脑血管病的一级预防是咋回事？ .....         | 191 |
| 51. 什么是脑血管病的二级预防？ .....          | 191 |
| 52. 如何进行脑血管病的预防？ .....           | 191 |
| 53. 脑血管病患者需要终生干预吗？ .....         | 193 |
| 54. 脑血管病患者为什么必须保持大便通畅？ .....     | 193 |
| 55. 脑血管病患慢性便秘的营养防治？ .....        | 194 |
| 56. 推荐几款防治便秘的食谱 .....            | 194 |
| 57. 脑动脉支架治疗的病人为什么需要终身服用阿司匹林？ ... | 196 |
| 58. 如何正确服用阿司匹林？ .....            | 196 |
| 59. 脑血管病患者怎样过好节假日？ .....         | 197 |

## 七、脑血管病的家庭护理与康复

|                           |     |
|---------------------------|-----|
| 1. 急性脑血管病发作家庭急救一二三？ ..... | 198 |
| 2. 脑血管病人控制血压一二三？ .....    | 198 |
| 3. 家庭怎样护理“植物人”？ .....     | 199 |
| 4. 呕吐病人如何护理？ .....        | 199 |