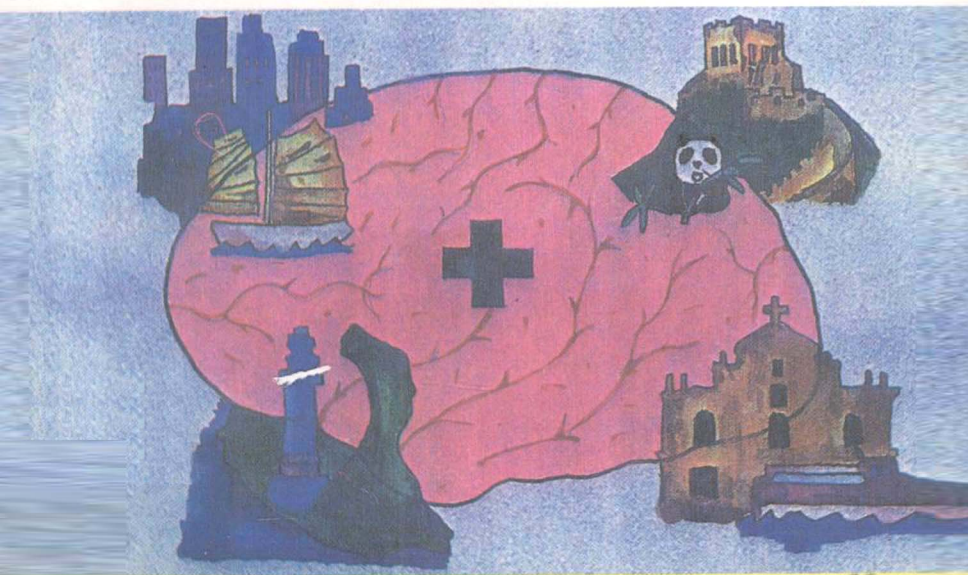


〈图解〉脑中风的防治与康复

香港哲理中医医药研究总会 《健康丛书》创作中心



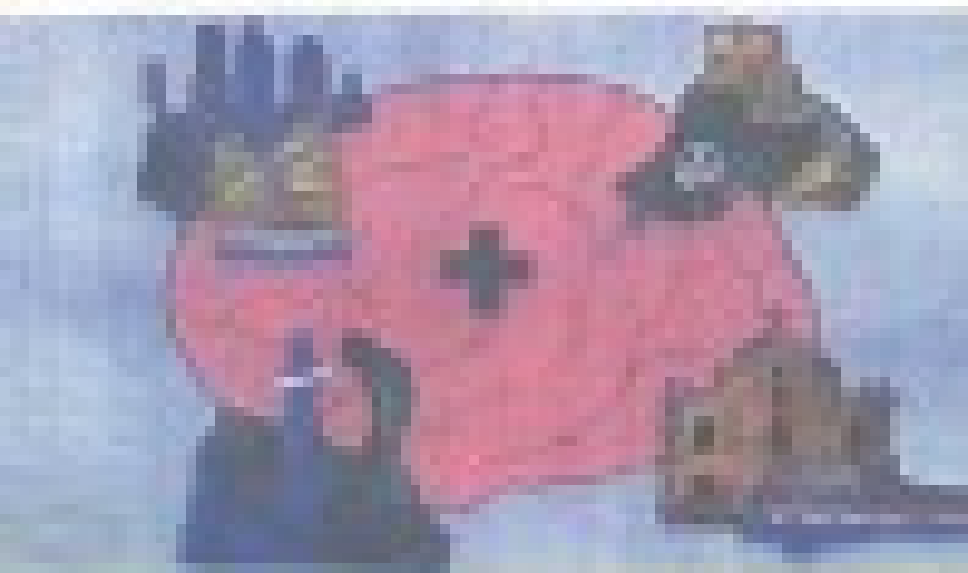
主编：张峻斌〈香港〉 周立群〈北京〉

绘图：张能杰〈台湾〉

华夏出版社

《图解》脑中风 的防治与康复

香港特别行政区医院管理局 中国医院协会 (中国医院协会) 中国医院协会



主編：廖曉明(香港) 周永祥(北京)

校稿：張國杰(台灣)

華夏出版社

图解脑中风的防治与康复

香港哲理中医医药研究总会

《健康丛书》创作中心

张峻斌 周立群 主编
张能杰 绘图

华夏出版社

1995·北京

(京)新登字 045 号

图书在版编目(CIP)数据

图解脑中风的防治与康复/张峻斌·周立群主编,一北京:华夏出版社 1995.

ISBN 7-5080-0837-5

I. 图… II. 张… 周… III. 脑血管疾病—中风—防治—图解 IV. R743.3-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 16115 号

*

华夏出版社出版发行
(北京东直门外香河园北里4号)
新华书店经销
北京先锋印刷厂印刷

*

787×1092 毫米 32 开本 6.75 印张 130 千字 106 页插图

1995 年 12 月北京第 1 版 1995 年 12 月北京第 1 次印刷

印数 1—5000 册

定价:12.80 元

陈 序

中风一病，危害甚大，其发病率高逾 7%，一旦患病，亡残者十居其五，有幸恢复者，复发率亦在 10% 左右，实为社会与家庭之隐忧。因此，该病之防治不但为医学界所重视，同时受到社会各界的广泛关注。

哲理中医医药研究总会世界各地同仁，每议及中风一病，则深感使民众了解并掌握该病的防治与康复的知识十分重要。本会《健康丛书》创作中心费时三载，集大陆、港、澳、台各位专家宝贵临床经验，撰成《图解脑中风的防治与康复》一书。

是书以中西医理阐述中风之病因病机，并从中风的易感人群、发病征兆、诸多诱因、紧急抢救、治疗原则及康复措施等多层面、全方位地论述了中风的防治与康复。书中遵《内经》“不治已乱治未乱，不治已病治未病”之宗旨，对与中风密切相关的高血压、心脏病、糖尿病、肥胖等病症及烟酒过度等不良生活习惯，从其临床表现、与中风之关系及早期防治等各方面加以详述，实有警醒与指导人们防沉痾于未疾、愈小恙于大患之前的作用。

该书的特点是图文并茂，深入浅出，文字洗炼、通俗、易懂，图画精美、生动、赏心悦目，实为近今医疗书籍中难得之佳品，故乐以为序。

陈定忠

1995. 09. 18 于香港

(陈定忠为香港哲理中医医药研究总会主席)

王 序

急性脑血管病又称脑卒中或脑中风,是当前乃至今后一段时期内严重危害人类健康与生命的一种疾病,也是中老年人致死、致残的主要原因。在发达国家,脑卒中死亡率低于冠心病,而中国的情况是脑卒中死亡率几倍于急性心肌梗塞,在各种疾病死因排位中已列第一或第二位,成为主要社会和公共卫生问题之一。调查结果表明:全国每年新发生脑卒中约150万人,每年死于脑卒中约100万人。在存活的500余万患者中,约3/4留有不同程度的后遗症,给众多家庭带来沉重的经济负担和精神压力。

从另一方面看,中国国民的文化素质和自我保健意识较差,很多人对心脑血管病及其必要的保健知识知之甚少。所以,当前最需要做的事情之一就是大力开展宣传教育,利用各种宣传媒体把有益于健康的知识告诉人们,使人们逐渐认识到预防疾病的重要性,并且学会怎样去做。这是最经济、最实用和最有效的方法。

令人欣慰的是,国内一些有识之士已经开始重视卫生保健的科普教育工作。近年来出版的防治各种疾病的科普读物如雨后春笋,但有关脑血管病的内容却仍显太少。这本《图解脑中风的防治与康复》则应运而生。本书言简意赅、通俗易懂、图文并茂、深入浅出,集中、西医学为一体,从现代医学的观点解释了脑卒中的形成原理、预防措施以及治疗和康复的方法。此书定会得到广大群众的喜爱,从中寻到医学知识和健康秘诀。

王文志

1995. 11. 08 于北京

(王文志为中华人民共和国卫生部全国脑血管病防治研究办公室主任)

目 录

第一篇 当代人类的第三大杀手

——脑中风概述	(2)
一、脑中风是怎样的疾病	(2)
二、脑中风对人类健康的危害	(2)
三、人脑的主要结构和功能	(4)
(一)调节人体机能的总司令部——大脑皮层	(4)
(二)人体的生命中枢——脑干	(6)
(三)人体的平衡器官——小脑	(6)
四、脑部的血液供应	(8)
五、中医学对脑中风的认识	(10)
六、脑中风的种类和主要临床表现	(12)
(一)出血性脑中风——脑出血和蛛网膜下腔出血	(12)
(二)缺血性脑中风——脑血栓形成和脑栓塞	(16)
七、哪些人容易发生脑中风	(20)

第二篇 防微杜渐 筑起长城

——脑中风危险因素的防治	(22)
一、高血压病是引起脑中风的主要危险因素	(24)
(一)什么是高血压病	(24)
(二)高血压是怎样形成的	(26)
(三)高血压与脑中风的的关系	(28)
(四)高血压的防治	(30)
二、糖尿病患者为何易患脑中风	(32)

(一)什么是糖尿病	(32)
(二)糖尿病与脑中风的关系	(34)
(三)如何防治糖尿病	(36)
三、预防脑中风要从防治脑动脉硬化做起	(38)
(一)脑动脉硬化的危害	(38)
(二)脑动脉硬化的防治	(40)
四、高脂血症患者要警惕脑中风	(42)
(一)什么是高脂血症	(42)
(二)为什么高脂血症者易患脑中风	(44)
(三)如何防治高脂血症	(46)
五、心脏疾患与脑中风发病的关系	(48)
(一)常见的心脏病有哪些	(48)
(二)哪些心脏病与脑中风有关系	(50)
(三)心脏病的防治	(52)
六、颈椎病患者为什么也能发生脑中风	(54)
(一)何为颈椎病	(54)
(二)颈椎病与脑中风的关系	(56)
(三)怎样防治颈椎病	(58)
七、肥胖者有较高的脑中风机会	(60)
(一)肥胖症的表现与诊断标准	(60)
(二)肥胖与脑中风的关系	(62)
(三)肥胖症的防治	(64)
八、吸烟与脑中风有何关系	(66)
(一)吸烟的危害	(66)
(二)戒烟是可行的	(68)
九、饮酒者易患脑中风	(70)
(一)长期过量饮酒有害于健康	(70)
(二)戒酒有术	(72)

第三篇 未雨绸缪 谨慎起居

—— 注意引发脑中风的诸多诱因	(74)
一、什么是脑中风的诱因	(74)
二、寒冷的气候变化	(76)
三、不良情绪的刺激	(78)
四、沐浴可诱发脑中风	(80)
五、如厕解便要慎重	(82)
六、用力过猛也是诱因	(84)
七、体位变化可能出意外	(86)
八、性生活是否也危险	(88)
九、过度劳累诱发脑中风	(90)

第四篇 警钟已响 切莫等闲

—— 脑中风的先兆	(92)
一、什么叫脑中风先兆	(92)
二、短暂性脑缺血发作(TIA)的临床表现	(96)
三、出血性脑中风的先兆	(98)
四、脑中风先兆——眩晕	(100)
五、脑中风先兆——肢体发麻	(102)
六、脑中风先兆——头痛	(104)
七、脑中风先兆——眼底出血	(106)
八、脑中风先兆——鼻出血	(108)

第五篇 危险来临 分秒必争

—— 脑中风急性期的处理与诊治	(110)
一、急性期脑中风的常见类型	(110)
(一)脑出血	(110)
(二)蛛网膜下腔出血	(118)

(三)脑血栓形成	(120)
(四)脑栓塞	(122)
二、脑中风的预后与转归	(126)
(一)脑出血的预后与转归	(126)
(二)蛛网膜下腔出血的预后与转归	(130)
(三)脑血栓、脑栓塞的预后与转归	(132)
三、家人发生脑中风时该怎么办	(134)
(一)对怀疑昏迷的患者要及时作出判断	(134)
(二)对意识清楚的患者不要掉以轻心	(138)
(三)医护人员到达前的紧急处理	(142)
四、送医院后医师怎么治疗脑中风	(146)
(一)西医的治疗方法	(146)
(二)中医的辨证分型与治疗原则	(152)

第六篇 希望在召唤 信心要坚定

——脑中风恢复期的治疗与康复指导	(156)
一、以动静结合、治疗与锻炼并重为康复核心	(158)
二、按摩推拿是内调脏腑外通经络的疗法	(160)
三、功能锻炼是恢复生活能力的过渡训练	(174)
四、为失语症病人创造良好的语言环境	(180)
五、面肌瘫痪的治疗与训练	(186)
六、吞咽困难患者的功能训练与重建	(192)
七、中药、针灸的整体调理作用	(196)
主要参考书目	(200)

谨以此书献给

寻求健康的人们

第一篇 当代人类的第三大杀手

——脑中风概述

一、脑中风是怎样的疾病

脑中风是指突发性的脑部血管疾病，一般可分为缺血性和出血性两大类。其主要症状为突然发生意识障碍、手足不能活动或言语不清等，特点是起病急剧、病势凶猛、病情多危重。急性期过后，往往有不同程度的后遗症或残障。现代医学称这类疾病为脑血管病变 (Cerebral Vascular disease)，简称 CVD。

二、脑中风对人类健康的危害

最近数十年来，脑中风造成的死亡率高居榜首。世界卫生组织的统计是：脑中风死亡率居心脏病和癌症之后，占死亡人数的 13%。换句话说，每 7 位病故者中约有 1 人死于脑中风。因此，人们习称脑中风为“当代人类的第三大杀手”。中华人民共和国卫生部 1990 年的统计是：脑中风占城市死亡人数的 20%，占农村死亡人数的 15%，是中国人的第二或中国男人的第一大杀手。此外，脑中风又是死亡率最高的十大疾病之中致残率最高的疾病，患者即使有幸闯过生命的隘口，很多人也会因残障而丧失工作甚至生活自理能力，给家庭、社会造成沉重的负担。脑中风的危害如此之大，有没有办法控制、减轻以致防止其发生呢？答案是肯定的。近年来对脑中风发病、预防、治疗、康复的研究及对其规律的认识，已经为实现这一目标打开了希望之门。

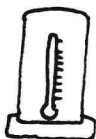
血管病变



动脉硬化, 动脉瘤
血管畸型, 脉管炎等

血压

加



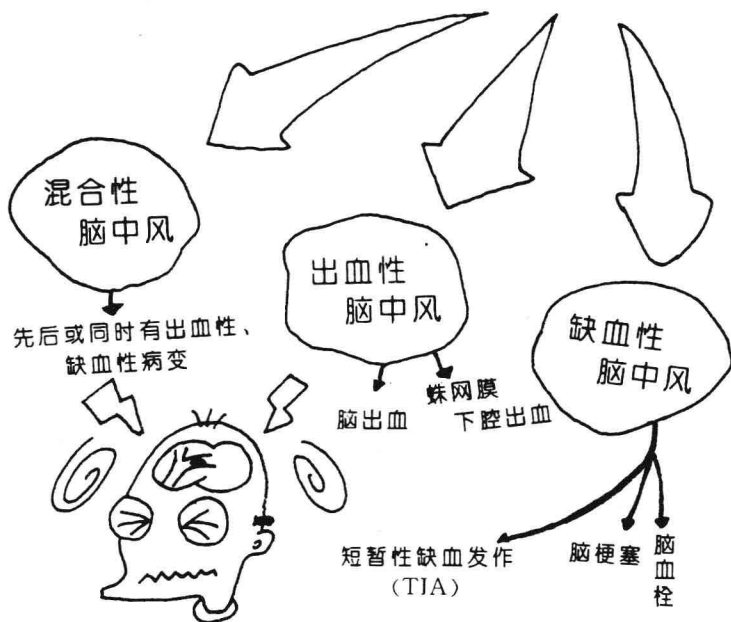
高血压
低血压等

或

血液变化



血液病



何谓脑中风

三、人脑的主要结构和功能

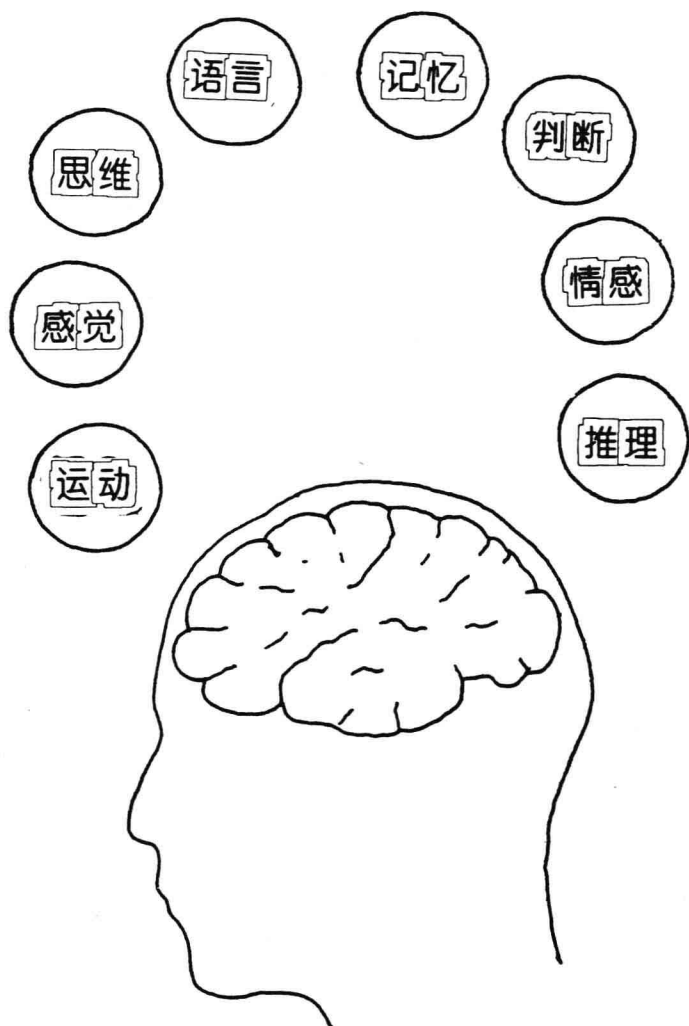
人脑是人体的最高神经中枢,如同一支军队的统帅部一样,人脑支配着身体各部位的感觉和运动,同时又是思维、语言、记忆、判断、推理以及情感的主宰和中心。在正常情况下,上述功能由脑的各个部位分工负责又相互协调一致,有条不紊地实现。

人脑由胚胎时期的神经管前端膨大发育而成,主要可分为三个部分,即大脑、脑干和小脑。下面分别谈一下它们的结构和功能。

(一)调节人体机能的总司令部——大脑皮层

大脑的外形恰似两个不大圆的半球吻合在一起,表面有很多凸起的皱褶和凹陷的沟槽。大脑表面最深的沟是中央沟和外侧沟。中央沟的前面是额叶,后面是顶叶;外侧沟的下面是颞叶;顶叶和颞叶交合处的后端是枕叶。

大脑的各叶分别具有各自的主要功能。额叶的前部是思维、想象、创造和人格的中枢;后部接近中央沟的区域是运动中枢,主要支配对侧身体的运动。对侧身体各个部分好像照片一样投影到大脑皮层这一区域上来,身体各部分在大脑中所占的比例,依其功能的精细程度而定,功能越精细、分化程度越高,则所占比例越大。



人脑的主要功能

顶叶前部为人体体表知觉中枢,具有感知冷、热、触、痛等的功能。身体各部分在大脑中所占的比例,依其感觉的灵敏程度而定,感觉越灵敏,在顶叶前部占的比例就越大。

顶叶后部的位置在感觉、视觉和听觉三个脑中枢区的交汇处,主要功能为综合视、触、听到的事物,并经过分析整理而产生整体认识等思维活动。

颞叶靠近外侧沟的大脑皮层是听觉中枢,除可辨别声源、音质外,还具有理解语言与音义的功能。

大脑的视觉中枢在枕叶,主要功能为辨别物体的形态、距离、色调、方向、速度等。

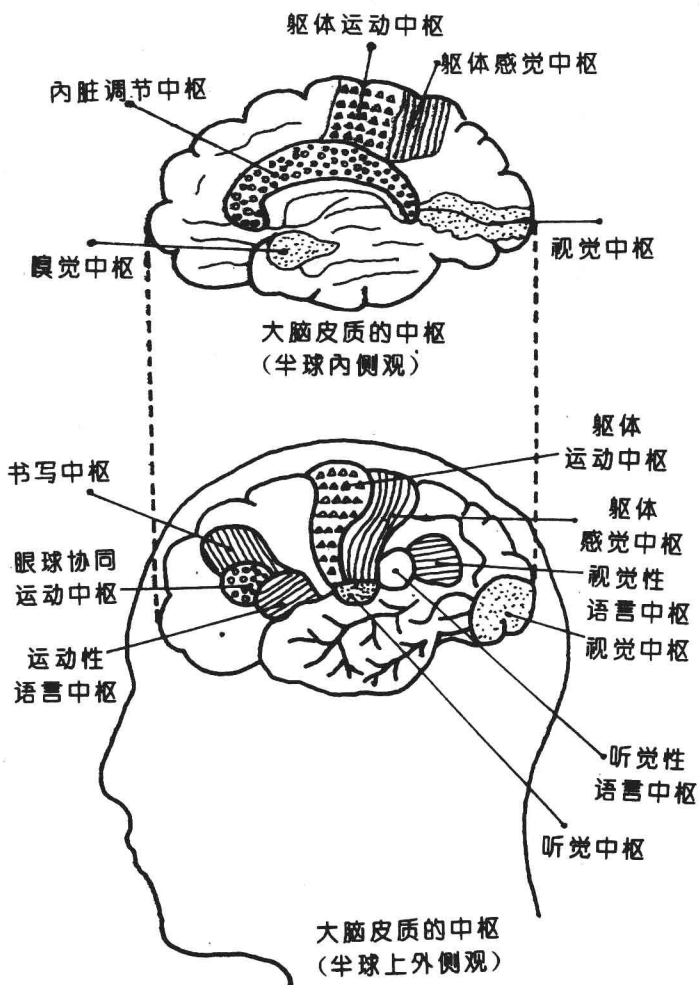
在大脑两个半球之间,有一个外形似环状的间脑,它是情绪变化的主要中枢。

(二) 人体的生命中枢——脑干

大脑底部向后下方延伸的结构依次为中脑、桥脑和延髓,这三部分合称为脑干,它是呼吸、血压、心动等生命中枢的所在之处,同时也是大脑与全身信息往返传达的通道。

(三) 人体的平衡器官——小脑

在桥脑和延髓背后架着一对圆形的小脑,其主要功能是反射性地协调运动及姿势。



大脑皮层是调节人体机能的总司令部