



名醫指活 大众健康馆

电子书\语音书\视频书\手机书\数据库\写书\书评\书摘\书讯\书友……
以多种形式满足读者对询医问药知识的全方位需求



心脑血管病 防治精选

- 多部心脑血管病防治主题书、自选书、音视频、数据库，最新医学知识全面提供
- 强大读、听、视、查功能，最新阅读功能全新体验
- 诊病疑点、检查疑问、用药疑虑、预防疑惑……
询医问药难题全部解决



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

名醫指路 大眾健康

心脑血管病防治精选



编著◎蔡艺灵 姜 潮 李占全 陈晓虹 蔺慕会 杨 玺
白小涓 李廷富 金元哲 关汝明 赵 扬 谢英彪
贾文魁 于 康



人民军医出版社
人民军医电子出版社

图书在版编目(CIP)数据

心脑血管病防治精选/蔡艺灵等编著. —北京:人民军医出版社, 2009. 11
(名医指路·大众健康馆)
ISBN 978-7-5091-2984-5

I. 心… II. 蔡… III. ①. 心脏血管疾病-防治 ②. 脑血管疾病-防治
IV. R54 R743

中国版本图书馆CIP数据核字 (2009) 第198863号

策划编辑:崔晓荣 焦健姿 **文字编辑:**谢秀英 **责任审读:**李 晨
出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 **经销:**新华书店

通讯地址:北京市100036信箱188分箱 **邮编:**100036

质量反馈电话:(010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话:(010)51927300-8166

网址:www.pmmp.com.cn

印、装:三河市春园印刷有限公司

开本:787mm×1092mm 1/16

印张:10·彩页4面 **字数:**173千字

版、印次:2009年 11月 第1版 第1次印刷

印数:0001~3000

定价:99.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

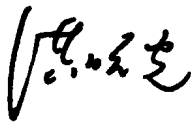
序 一

无论世事如何变幻，时代如何变迁，人们对健康的孜孜追求亘古不变。能够真正获得健康始终是每个人最由衷的愿望。如今，随着物质条件的不断改善，人们对健康的追求也越来越高。人们不仅希望自己能有好身体，也更加关注好的心态；不仅努力进行着健康实践，也在不断修正健康理念。总而言之，人们迫切需要一个能方便快捷地获取大量权威健康信息的途径。

传统出版业在完成了从“铅与火”到“光与电”的革命，迎来了数字化的浪潮，这将给人们的生活带来更加深刻的变化。人民军医出版社出版健康科普类图书最多，并引领健康科普图书数字出版之先，在国庆60周年之际，为大众奉献了一套（42种）精、美、全的数字图书。每种数字图书分别囊括了该社精选的10本左右纸质书（这些书里有不少是当下的畅销书），将大约200万字融于一盘，并提供四大数据库供读者深度阅读，内容涉及常见病的预防保健、孕产保健、婴幼儿养护、性健康保健等诸多方面，为读者打开了一扇通向健康的大门。

相信这套数字图书一定会给人们的健康带来更为深刻的变化。在人们渴望多多获取知识、获得健康的今天，此举实为利民惠民之举。读者能得到这样一套好书，幸甚至哉！

联合国国际科学与和平周和平使者
中国老年保健协会副会长
卫生部首席健康教育专家



2009年8月28日

序 二

健康是人类最大的财富，是人与生俱来的权力和追求目标。健康也是最重要的生产力，是国家和民族生存与发展的最基本要素和最宝贵资源。健康是人全面发展的基础，关系到千家万户的幸福。健康也是每一个人的社会责任。因此，提高国民健康素质是全面建设小康社会的重要保证。宣传普及有关健康方面的医学科学知识，增强健康意识，提高自主健康的能力，做有健康素质的中国人，才能获得真正高质量的生活。

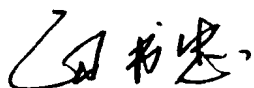
目前社会上各类养生保健读物琳琅满目，令人目不暇接，各种网络平台更是充斥着大量说法不一，甚至相互矛盾的医学信息。“乱花渐欲迷人眼”，要想从中筛选过滤出权威、科学的健康知识，对广大读者来说，还真不是件容易的事。

人民军医出版社针对目前患者就医难、找专家难、找科学权威的健康知识难的现状，依托专业出版社的专家资源、出版资源和数字技术三大优势，乘建国60周年大庆之东风，推出了这套《名医指路跨媒体丛书》。它将权威、科学、海量的医学知识，通过对精选纸质书、光盘电子书、网络语音书、健康视频、医学数据库等多种出版形态和介质的深度整合，开创了全新的跨媒体阅读模式，使广大读者通过跨媒体的阅读形式，轻松、快捷地得到所需的疾病防治知识，为广大人民群众送上了一份极为难得的健康厚礼。

据了解，这是我国目前第一部真正意义上的“跨媒体”医学科普图书，它的面世，不仅为我国的数字出版模式探索出一条新路，而且对帮助广大患者了解健康知识，提升人民群众健康素养，增进疾病防治水平，都具有重大意义。中国健康促进基金会

和中国医学会健康管理分会多年来致力于科学普及和继续医学教育工作，人民军医出版社的做法与我们的宗旨不谋而合。我热切地向广大读者推荐这套丛书，并真诚地希望它能成为您工作中的良师益友。

中国健康促进基金会会长
中华医学会健康管理分会主任委员
解放军总后勤部卫生部原部长、少将



2009年9月13日

总 目 录

一、“主题阅读卡”精选书目

- 1 《脑血管病健康课堂》 / 1
- 2 《脑血管病医患问答》 / 13
- 3 《摆脱肺心病》 / 23
- 4 《摆脱心绞痛》 / 33
- 5 《构筑心脑血管病的坚固防线》 / 43
- 6 《心力衰竭医患问答》 / 51
- 7 《心律失常医患问答》 / 63
- 8 《中风简便自疗》 / 69
- 9 《中医防治中风300方》 / 77
- 10 《肾脏疾病营养问答》 / 87

二、“自助阅读卡”任选书目及视频

(一) 自选图书目录 / 93

- 1 糖尿病防治精选系列 / 93
- 2 高血压防治精选系列 / 93
- 3 高血脂防治精选系列 / 93
- 4 冠心病防治精选系列 / 94
- 5 心脑血管病防治精选系列 / 94
- 6 胃肠疾病防治精选系列 / 94
- 7 脂肪肝防治精选系列 / 95
- 8 乙肝防治精选系列 / 95
- 9 肝胆疾病调治精选系列 / 95
- 10 皮肤病与性病防治精选系列 / 96

- 11 传染病防治精选系列 / 96
- 12 杂病自疗精选系列 / 97
- 13 关节病防治精选系列 / 97
- 14 痛风防治精选系列 / 97
- 15 男科病防治必读系列 / 98
- 16 女性常见病防治必读系列 / 98
- 17 两性健康百事通系列 / 99
- 18 失眠防治精选系列 / 99
- 19 人生百忧解系列 / 99
- 20 学当家庭医生系列 / 100
- 21 百病外治精选系列 / 100
- 22 意外防范与救治系列 / 101
- 23 家庭护理须知系列 / 101
- 24 安全用药指南系列 / 102
- 25 生活中的金点子系列 / 102
- 26 老年保健必读系列 / 102
- 27 健康妙招系列 / 103
- 28 小知识大健康系列 / 103
- 29 养生长寿精要系列 / 104
- 30 养生功法系列 / 104
- 31 亚健康必读系列 / 104
- 32 饮食健康与安全系列 / 105

- 33 吃出健康吃掉疾病系列 / 105
- 34 美容护肤妙招系列 / 106
- 35 健美瘦身妙招系列 / 106
- 36 眼保健精选系列 / 106
- 37 不孕不育防治精选系列 / 107
- 38 十月怀胎指南系列 / 107
- 39 轻轻松松坐月子系列 / 108
- 40 专家教您带宝宝系列 / 108
- 41 教子走上成才路系列 / 108
- 42 儿童病防治必读系列 / 109
- 43 中医入门一本通系列 / 109
- 44 中医名家经验医案系列 / 110
- 45 常见病奇效良方精选系列 / 110
- 46 中医偏方妙方秘传系列 / 110
- 47 中医外治疗法荟萃系列 / 111
- 48 针法灸法绝技精华系列 / 111
- 49 特种医学防护系列 / 112
- 50 灾害医学必读系列 / 112
- 51 青年心理健康指导系列 / 113

(二) 自选视频目录 / 114

附录 全国综合医疗机构一览表 / 117

脑血管病健康课堂

NAOXUEGUANBING JIANKANG KETANG

蔡艺灵◎主编



1

内容提要

《脑血管病健康课堂》为“大众健康课堂丛书”之一。全书分别从基础知识、患者必读、导医解读、走出误区、家庭治疗、家庭疗养、保健妙计、防患未然等方面对脑血管病患者常感困惑的近271个问题进行了科学、全面、详尽的回答。

全书科学性强、内容丰富、通俗易懂，适合于脑血管病患者及其家属参读。

目录

第1章 脑血管病基础知识

1. 什么是脑血管病?
2. 为什么急性脑血管病又被称为脑卒中?
3. 中风和脑卒中是一回事吗?
4. 脑卒中如何分类, 包括哪些疾病?
5. 脑梗死分为几类?
6. 什么叫作脑血栓形成?
7. 什么叫作脑栓塞?
8. 什么叫作心源性脑栓塞?
9. 什么叫作非心源性脑栓塞?
10. 脑血栓形成和脑栓塞有什么不同?
11. 什么叫作腔隙性脑梗死?
12. 什么叫作分水岭梗死?
13. 什么叫作短暂性脑缺血发作?
14. 短暂性脑缺血发作是由什么原因造成的?
15. 为什么说短暂性脑缺血发作是脑梗死先兆?
16. 什么是脑出血?
17. 脑出血的常见原因是什么?
18. 脑出血会出现何种症状?
19. 什么是蛛网膜下腔出血?
20. 蛛网膜下腔出血有什么症状?
21. 什么叫作颅内静脉窦血栓形成?

第2章 脑血管病患者必读

1. 人为什么会得脑血管病?
2. 心脏疾病与脑血管病有关系吗?
3. 心律失常也会导致脑卒中吗?
4. 冠心病与脑卒中有关系吗?
5. 什么叫作脑心综合征?
6. 脑卒中对心脏的影响主要表现在哪里?
7. 高血压和脑卒中有何关系?
8. 高血压引起脑血管病的机制是什么?
9. 降压过度也会导致脑卒中吗?

10. 为什么血压不高也会发生脑出血？
11. 脑梗死患者应如何控制血压？
12. 脑出血患者应如何控制血压？
13. 动脉粥样硬化与脑卒中有何关系？
14. 动脉粥样硬化怎样导致卒中？
15. 糖尿病与脑血管病有什么样的关系？
16. 化验了血糖，如何知道自己是否患了糖尿病？

附2A 最新糖尿病诊断标准

17. 为什么糖尿病与脑血管病有很大关系？
18. 糖尿病性脑血管病多由什么诱因引起？
19. 血脂对脑卒中有影响吗？
20. 常见的血脂检验包括哪几项？
21. 生活中应该如何注意控制胆固醇摄入？
22. 高脂血症应该如何进行运动？
23. 高脂血症应该如何进行饮食调整？
24. 高脂血症如何药物治疗？
25. 肥胖的人容易得脑卒中吗？
26. 如何判断肥胖程度？
27. 什么叫作代谢综合征？
28. 什么叫作“死亡五重奏”？
29. 代谢综合征对脑卒中有何影响？
30. 打呼噜也能导致脑血管病吗？
31. 睡眠呼吸暂停综合征对脑血管病有哪些影响？
32. 睡眠呼吸暂停综合征的原因是什么？
33. 睡眠呼吸暂停综合征的临床表现都有什么？
34. 睡眠呼吸暂停综合征有什么危害？
35. 如何治疗睡眠呼吸暂停综合征？
36. 动脉炎也会造成脑卒中吗？
37. 为什么要警惕“脑鸣”？
38. 头痛和脑卒中有何关系？
39. 手足麻木是脑卒中的表现吗？
40. 为什么说眩晕不可小视？
41. 嘴歪眼斜一定是脑卒中吗？
42. 看东西重影（视物成双）跟脑卒中有何关系？
43. 出现哪些症状应怀疑脑卒中？

44. 为什么说脑卒中是中老年人的“第一杀手”？
45. 怀疑有可能是脑卒中应该怎么办？

第3章 脑血管病导医解读

1. 脑卒中患者入院后常规化验有哪些？
2. 脑卒中患者入院后常做的检查有哪些？
3. 头颅CT检查对脑卒中有哪些意义？
4. 什么叫作CTA？和CT检查是一回事吗？
5. 为什么有的脑卒中患者CT检查正常？
6. 为什么有的脑卒中患者CT检查异常可以没有症状？
7. 什么叫作磁共振？磁共振检查同CT检查有何不同？
8. 什么叫作DSA检查？有什么意义？
9. 颈部血管彩色超声对脑卒中有什么意义？
10. 脑电图和脑电地形图检查对脑卒中有什么意义？
11. 经颅多普勒超声（TCD）对脑卒中有什么意义？
12. 同位素检查对脑卒中有什么意义？
13. 什么叫作静脉溶栓治疗？
14. 静脉溶栓治疗有什么风险？
15. 静脉溶栓治疗对所有脑梗死病人都适用吗？
16. 什么是降纤治疗？
17. 什么叫作抗凝治疗？是否必要及安全？
18. 为什么抗凝溶栓过程中需要多次反复查血？
19. 为什么脑血管病病人要长期应用抗血小板药物？
20. 抗凝治疗和抗血小板治疗是一回事吗？
21. 什么是活血化瘀治疗？
22. 哪些脑卒中患者需要住进神经重症监护室（NICU）？
23. 为什么有的病人入院后病情会加重？
24. 脑疝是什么？为什么脑血管病患者会出现脑疝？
25. 为什么脑血管病患者会出现消化道出血？
26. 脑卒中患者为什么出现深静脉血栓？
27. 脑卒中后并发深静脉血栓有什么危害？怎样治疗？
28. 为什么脑卒中病人会发热？
29. 为什么脑卒中患者会出现肢体抽搐？
30. 什么是脑心综合征？

31. 为什么得了脑血管病会出现精神症状?
32. 为什么脑血管病病人会出现睡眠障碍?
33. 卒中后睡眠障碍的临床表现如何? 怎样治疗?
34. 为什么说昏迷表明脑血管病危重?
35. 什么叫作神经介入医学?
36. 神经介入检查和治疗的安全性怎样?
37. 什么叫作脑血管造影?
38. 哪些患者应该做脑血管造影检查?
39. 脑血管造影(神经介入检查治疗)前应该做什么准备?
40. 脑血管造影后应该注意些什么?
41. 脑血管壁为什么会有斑块?
42. 血管壁斑块有什么危害? 怎样治疗?
43. 什么叫作支架置入术?
44. 什么叫作球囊扩张血管成形术?
45. 颈动脉狭窄有什么表现? 如何检查?
46. 何谓颈动脉支架置入术?
47. 颈动脉支架置入术的优缺点?
48. 颈动脉支架置入术的治疗效果如何?
49. 哪些病人适合做颈动脉支架置入术?
50. 哪些病人不适合做颈动脉支架置入术?
51. 如何诊断椎-基底动脉狭窄?
52. 如何治疗椎-基底动脉狭窄?
53. 何谓椎-基底动脉支架置入术?
54. 椎-基底动脉支架置入术的优点?
55. “锁骨下动脉盗血综合征”是如何造成的? 有什么表现?
56. 如何诊断锁骨下动脉狭窄?
57. 锁骨下动脉狭窄的病人需要做治疗吗?
58. 何谓锁骨下动脉狭窄支架置入术?
59. 锁骨下动脉支架置入术的优点?
60. 何谓颅内动脉支架置入术?
61. 哪些病人需要做颅内动脉支架置入术?
62. 哪些病人不适合做颅内动脉支架置入术?
63. 什么叫作保护伞(栓塞保护装置)?
64. 什么情况下需要使用保护伞?
65. 只要脑血管狭窄就可放支架吗?

66. 支架有使用期限吗?
67. 脑血管的支架和心脏支架是一回事吗?
68. 放了支架就万无一失了吗?
69. 放置支架后应该怎样服用药物?
70. 脑血管病动脉溶栓是什么样的过程?
71. 静脉溶栓和动脉溶栓哪种治疗更好?
72. 什么样的病人适合进行动脉溶栓治疗?
73. 哪些病人不能做急诊动脉内溶栓治疗?
74. 为什么有些病人需要做动脉内溶栓和支架置入术?
75. 急性脑梗死动脉溶栓加支架置入术后应该注意什么?
76. 眼动脉溶栓有什么特点?
77. 脑静脉窦血栓形成如何治疗?
78. 脑静脉窦溶栓和动脉溶栓有什么不同?
79. 何谓烟雾病?
80. 烟雾病的病因及发病机制?
81. 烟雾病有什么表现?
82. 如何治疗烟雾病?
83. 什么叫作颅内外血管搭桥术?
84. 哪些病人需要做颅内外血管搭桥术?
85. 哪些病人不能做颅内外血管搭桥术?
86. 颅内外血管搭桥术的效果如何?
87. 何谓颈动脉内膜剥脱术?
88. 哪些病人需要做颈动脉内膜剥脱术?
89. 哪些病人不适合做颈动脉内膜剥脱术?
90. 颈动脉内膜剥脱术的治疗效果如何?
91. 外科手术可以取出血栓吗?
92. 什么叫作颅内动脉瘤?
93. 什么情况下颅内动脉瘤会破裂?
94. 动脉瘤破裂有什么症状?
95. 动脉瘤破裂后危险有多大?
96. 动脉瘤破裂患者需要做什么检查?
97. 动脉瘤破裂后会出现哪些并发症?
98. 如何治疗颅内动脉瘤?
99. 颅内动脉瘤如何进行微创介入治疗?
100. 哪些病人需要做动脉瘤栓塞术?

101. 动脉瘤栓塞术的优缺点有哪些?
102. 动脉瘤栓塞材料有哪些?
103. 为什么有的动脉瘤栓塞时需要辅助材料?
104. 何谓动脉瘤夹闭术?
105. 哪些病人需要做动脉瘤夹闭术?
106. 动脉瘤夹闭术手术效果如何?
107. 高血压脑出血的患者如何治疗?
108. 何谓高血压脑出血血肿清除术?
109. 哪些病人不能做血肿清除术治疗?
110. 什么叫作脑动静脉畸形?
111. 脑动静脉畸形有什么症状?
112. 脑动静脉畸形需要什么检查?
113. 脑动静脉畸形如何治疗?
114. 什么叫作动静脉畸形栓塞术?
115. 哪些人需要行动静脉畸形栓塞术?
116. 动静脉畸形栓塞术的优缺点?
117. 何谓动静脉畸形切除术?
118. 哪些病人需要行动静脉畸形切除术治疗?
119. 哪些病人不能做动静脉畸形切除手术治疗?
120. 什么叫作硬脑膜动静脉瘘?
121. 硬脑膜动静脉瘘有什么症状?
122. 硬脑膜动静脉瘘的患者需要什么检查?
123. 如何治疗硬脑膜动静脉瘘?

第4章 脑血管病走出误区

1. 吸氧可以治疗脑卒中吗?
2. 得了脑卒中可以自己在家服药治疗吗?
3. 怀疑是脑卒中可以随便服用降高血压药物吗?
4. 怀疑是脑卒中可以自行服用阿司匹林吗?
5. 康复训练越多越好吗?
6. 脑卒中的病人应该卧床休息吗?
7. 使用助行器有助于行走?
8. 在家锻炼和在医院锻炼是一样的?
9. 每年输液1~2次可以预防脑卒中吗?