

JIANGJIUWEISHENG XIAOCONGSHU

讲究卫生
小丛书



3

脑血管病

肖镇祥 著 北京出版社

插图 刘直生

讲究卫生小丛书
脑 血 管 病
肖 镇 祥

北 京 出 版 社 出 版
(北京崇文门外东兴隆街 51 号)
新华书店北京发行所发行
北京海淀装订印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 3.5 印张 68,000 字
1980 年 6 月第 1 版 1980 年 6 月第 1 次印刷
印数 1—25,000
书号: 14071·40 定价: 0.26 元

编辑说明

为了普及医药卫生知识，使广大群众“动员起来，讲究卫生，减少疾病，提高健康水平”，更好地为社会主义现代化建设服务，我们编辑了《讲究卫生小丛书》。

这套小丛书，以马克思主义、列宁主义、毛泽东思想为指导，运用辩证唯物主义观点，通俗地介绍医药卫生科学的基本知识。在编写工作中，力求贯彻预防为主和中西医结合的方针，以普及常见病、多发病的防治知识为重点，并适当介绍一些切实可行的医疗救护方法。

这套小丛书，以广大工农兵、干部、青年为主要读者对象，也可供初级卫生人员和赤脚医生参考。其中，缺点和错误之处，恳切希望读者批评指正。

目 录

一	必须重视脑血管病·····	1
	什么是脑血管病·····	2
	祖国医学对脑血管病的认识·····	3
二	脑的结构和功能·····	7
	人体最高调节机构——大脑皮层·····	9
	平衡器官——小脑·····	12
	植物神经中枢——间脑·····	13
	生命中枢——延髓·····	14
三	脑的血液供应·····	16
	密如细网的脑血管·····	18
	脑血液循环的重要性·····	21
	血压对脑血流的影响·····	22
四	为什么会得脑血管病·····	25
	脑血管病的病因·····	25
	与脑血管病有关的几种情况·····	30
	发病的诱因·····	36
五	脑血管病有哪些表现·····	39
	中风的预兆·····	40
	脑血管病的分类·····	42

	脑血管病的主要症状·····	50
六	得了脑血管病怎么办·····	59
	就近就医·····	59
	搞清发病情况·····	60
	合理用药·····	61
	精心护理·····	64
	保证充分的休息·····	69
	积极锻炼·····	69
	新针疗法·····	74
七	有关脑血管病的一些问题·····	76
	血脂的正常值是多少·····	76
	哪些食物能降低血脂·····	78
	脑动脉硬化有哪些表现·····	79
	哪些药物可以治疗动脉硬化·····	82
	什么叫脑软化·····	85
	中风时为什么会产生胃肠道出血和睡眠倒错·····	86
	蛛网膜下腔出血为什么容易复发·····	88
	腰椎穿刺会不会“伤元气”·····	90
	为什么要做脑血管造影·····	91
	脑血管病在什么情况下需要进行手术·····	92
八	如何预防脑血管病·····	94
	积极防治高血压·····	94
	注意饮食·····	98
	重视小中风·····	101
	及时医治其他疾病·····	103

一 必须重视脑血管病

一提起脑血管病，特别是中风或半身不遂，大家都很熟悉。它是老年人的一种常见病、多发病，一年四季都可发生，尤其在冬春寒冷季节发病率更高，死亡率随着年龄的增长而上升。

根据近几年来我国许多地区的统计，不论在大中城市、厂矿或农村，脑血管病的发病率和死亡率都是相当高的；死亡率按 10 万人口计算，多在 100 以上，即每年每 10 万人口中有 100 以上的人死于脑血管病，占自然死亡原因的第一位或第二位；在存活的病人当中，还大约有半数留有瘫痪等后遗症。北京市人口死亡原因中，脑血管病列为第一位，比冠心病的死亡率还高。

更值得注意的是，近几年来脑血管病的发病年龄，有越来越年轻的趋势。

再来看看国外的情况。脑血管病在世界各地都有发病。根据世界卫生组织所公布的材料，在五十七个国家中，脑血管病列为前三位死因的就有四十个国家。由脑血管病引起的死亡人数，占五十七国死亡总数的 11.3%，仅次于心肌梗塞和癌肿。

目前世界上脑血管病发病率和死亡率最高的是日本，发

病率占 40 岁以上人口的 7.9%，就是说每一千个 40 岁以上的人中有 7.9 人患脑血管病。日本人口死亡原因中，脑血管病居于首位，每年死亡约 9 万人。在美国，每一千个 65 岁以上的人中有 21 人患脑血管病，而且因脑血管病和心血管病而死亡者，占死亡总数的一半。这些数字是令人感到吃惊的。

脑血管病无情地夺去了许多人的宝贵生命，而且在经治疗恢复健康的病人当中又常留有各种后遗症，丧失了工作能力，生活也往往需要别人照顾，严重地影响社会主义现代化建设，同时也给病人和家属带来了困难。因此，应当广泛普及脑血管病的防治知识，加强脑血管病的防治工作，以保障人民健康，促进社会主义现代化建设。

什么是脑血管病

脑血管病，就是人们常说的中风或半身不遂。它是由于各种原因，主要是由高血压和动脉硬化所引起的脑血管损害的一种疾病，常见于中年以上，尤其是老年人，多表现为突然的昏迷不醒、半身不遂或语言障碍等。

脑血管病是个总的名称，根据病变性质的不同，可分为脑出血和脑缺血两大类，前者由于血管破裂而引起，后者是由于血管狭窄或堵塞而引起的。

脑血管病因为发病急，往往使人感到突然，所以也有人把它叫做“脑血管意外”。其实，这种提法并不恰当。众所周知，“冰冻三尺，非一日之寒”。脑血管病的发生也有一个相

当长的逐渐演变过程，其常见的原因一是由于长时期的患高血压病，另一个原因是由于患动脉硬化症，往往有几年或十几年，甚至更长的病史，而且在发生中风以前也常常有预兆，只要仔细观察，就能及早发现；如果治疗及时，就有可能把危险消灭在发生以前。

我们既要看到脑血管病的严重性，也要看到它的可治性。对于脑血管病，要采取正确的态度，一是不怕，二是要认真对待，三是要防患于未然，做到无病早防，有病早治，避免突变，防止复发。

祖国医学对脑血管病的认识

中国医药学是一个伟大的宝库。它是我国劳动人民几千年来与大自然和疾病作斗争的经验总结。

远在二千多年前的春秋战国时期，我国最早的一部医书《内经》中就记载有“中风”的病名，是喻其发病急、变化快，如同《时病论》所说的那样：“中风之病，如矢石之中人，骤然而至也”，故名中风。同时对“风病”，当然也包括中风在内，作了很形象的论述。例如：

“风为百病之长”，说明中风是一种常见病、多发病；“风性善行而数变”，说明中风发病急、变化快；“人之百病莫大于中风”，说明这个病病情重、危险大。这三句话，字句虽短，但含义却很深刻，概括了中风的基本特点。

历代医学家还分别对中风的症状、病因、治疗、病情估计、预防和复发等各个方面作了许多具体而生动的描述。例

如：

东汉张仲景所著的《金匱要略》中指出：“夫风之为病，当半身不遂”，说明中风时最常出现半身不遂。

隋代巢元方所著的《诸病源候论》，是我国第一部病因病理学，其中也记载有：“风癰，其状忽不知人，喉里噫噫然有声，舌强不能言”。这里所指的风癰，就是中风的症状之一，表现为突然昏倒，不省人事，喉中有阻塞感和痰鸣音，舌头强硬，不能说话。《医学纲目》中也指出：“凡半身不遂者，必口眼歪斜……。”这些描述都很细致而深刻。古人对中风初期，根据邪正的虚实，分为闭证和脱证两种，闭证属实证，表现为突然昏倒，不省人事，牙关紧闭，双手握拳，面赤气促，鼻鼾痰鸣。脱证属虚证，表现为昏迷不醒，双手撒开，两眼紧合，张口不闭，鼻鼾息微，小便失禁，脉细弱。这样的分类是完全符合客观实际的，说明古代医学家有着丰富的实践经验。

金、元时代(公元1156~1228年)祖国医学大发展，关于中风的病因方面，刘河间主张“心火暴盛”；李东垣认为“正气自虚”；而朱丹溪则认为“湿痰生热”所致。虽然这三家的学说各自有所发挥，但都偏重于内在因素，这是有关中风病因学说的一个大转折。元代王履在《医经溯洄集》中强调：“中风者，非外来风邪，乃本气病也，凡人年逾四旬气衰之际，或因忧喜忿怒，伤其气者，多有此疾，壮岁之时无有也，若肥盛则间有之。”明代张景岳认为：“凡此病者，多以素不能慎，或七情内伤，或酒色过度，先伤五脏之真阴。”这里也明确指出中风不是由于外感风寒所致，而是由于身体内在的

病变所引起，病人年龄大都在四十岁以上，精神情感的变化，包括喜、怒、忧、思、悲、恐、惊这“七情”，以及大量喝酒或房事过度等，都可直接影响人体脏腑的功能，成为中风的诱发因素。由此可见，古代也早已发现中风的发病有内因和外因，而且强调内因是主要的。同时也注意到饮食和体质与中风有密切的关系，正如《内经》中所提到的“仆击偏枯……肥贵人则高粱之疾也。”“仆击偏枯”是指突然发生的偏瘫（一侧上下肢瘫痪）；“高粱”是指油脂丰富的食物，这里直接了当地指出常吃油脂食物的肥胖者容易得半身不遂。清代医学家沈金鳌也指出：“肥人多中风”。

脑缺血属于祖国医学中“瘀血症”的范畴，即血行不畅而瘀滞。《金匱要略》叙述了瘀血症的诊治方法，体现了祖国医学关于整体观念和辨证论治的独特体系。清代王清任在《医林改错》中论述了活血化瘀法治疗瘀血症的经验。顾名思义，活血是指血行的增加，化瘀是指瘀血的消散，他所制订的一些药方如补阳还五汤、通窍活血汤等，效果良好，至今一直沿用下来。清末唐容川著《血证论》，对气血的生理病理有深入研究，提出“故凡血证，总以去瘀为要”的“化瘀生新”的观点，认为瘀血不去，新血不生。

元代《丹溪心法》中具体提出了中风的针灸治疗：“卒暴中风灸风池、百会、曲池、合谷、风市、绝骨、环跳、肩髃、三里等穴。”对中风开展了针药并用的综合治疗。

关于中风的先兆和预防在祖国医学中早有论述，如朱丹溪提出：“眩晕者，中风之渐也。”明代张三锡强调：“中风症必有先兆，中年人但觉大姆指时作麻木或不仁，或手足少

力，或肌肉微掣，三年内必有暴病。”明代医学家陈文治指出：“不早为之防及病成则晚矣。”《乾坤生气论》也提到：“中风预防之理，当节饮、戒七情、远房事，此至要者也。”这些都是前人的经验之谈，很有参考价值。

预防为主也一向为祖国医学所重视，早在《内经》中就明确提出了“治未病”的指导思想，这里既有预防的含意，也有早期治疗的意义，并强调“无病先防，既病防变”。就是说，在没有得病的时候，首先要预防得病；得了病以后，要防止变化。

关于复发的问题，明代秦景明在《病因脉治》中提到：“中风之症……一年半载又复举发，三四发作，其病渐重。”沈金鳌在《沈氏尊生书》中记载：“若风病既愈，而根株未能悉拔，隔一二年或数年必再发，发则必加重，或至丧命。故平时宜预防之，第一防劳暴怒郁结，调气血，养精神，又常服药以维持之，庶乎可安。”这里说明中风容易复发，而且复发时病情必然加重，甚至有生命危险，并一再强调应着重于预防。

温故而知新，祖国医学有着悠久的历史，丰富的内容，宝贵的经验，独有的特点，有许多地方值得借鉴。

二 脑的结构和功能

在动物的进化过程中，神经系统的结构和功能都在不断地演变。从解剖学上可以清楚地看到，越是高等的动物，神经系统的结构就越复杂，功能就越完善。人为“万物之灵”，是最高等的动物，神经系统也是最精密、最健全的。

人的神经系统包括中枢神经系统(脑和脊髓)以及周围神经系统(颅神经和脊神经)。它支配、调节、管理着全身各个系统的活动，使之互相协调，紧密联系，很好地配合，成为有机的统一整体。按照神经系统的功能来分，人体的神经可分为躯体神经和植物神经两部分，前者主要使人体与外界保持平衡，使人能适应外界环境的变化，后者保持人体内部环境的恒定以及调节各个内脏的活动。更重要的是，通过神经系统的调节作用，人们可以能动地认识世界，改造世界。

脑是人体中最重要的器官之一，也是中枢神经系统中主要的组成部分。

脑位于颅腔内，正常成年人脑的平均重量约为 1300～1500 克，占人体体重的 2% 左右。整个脑可分为大脑、小脑、间脑、中脑、脑桥和延髓六个部分。

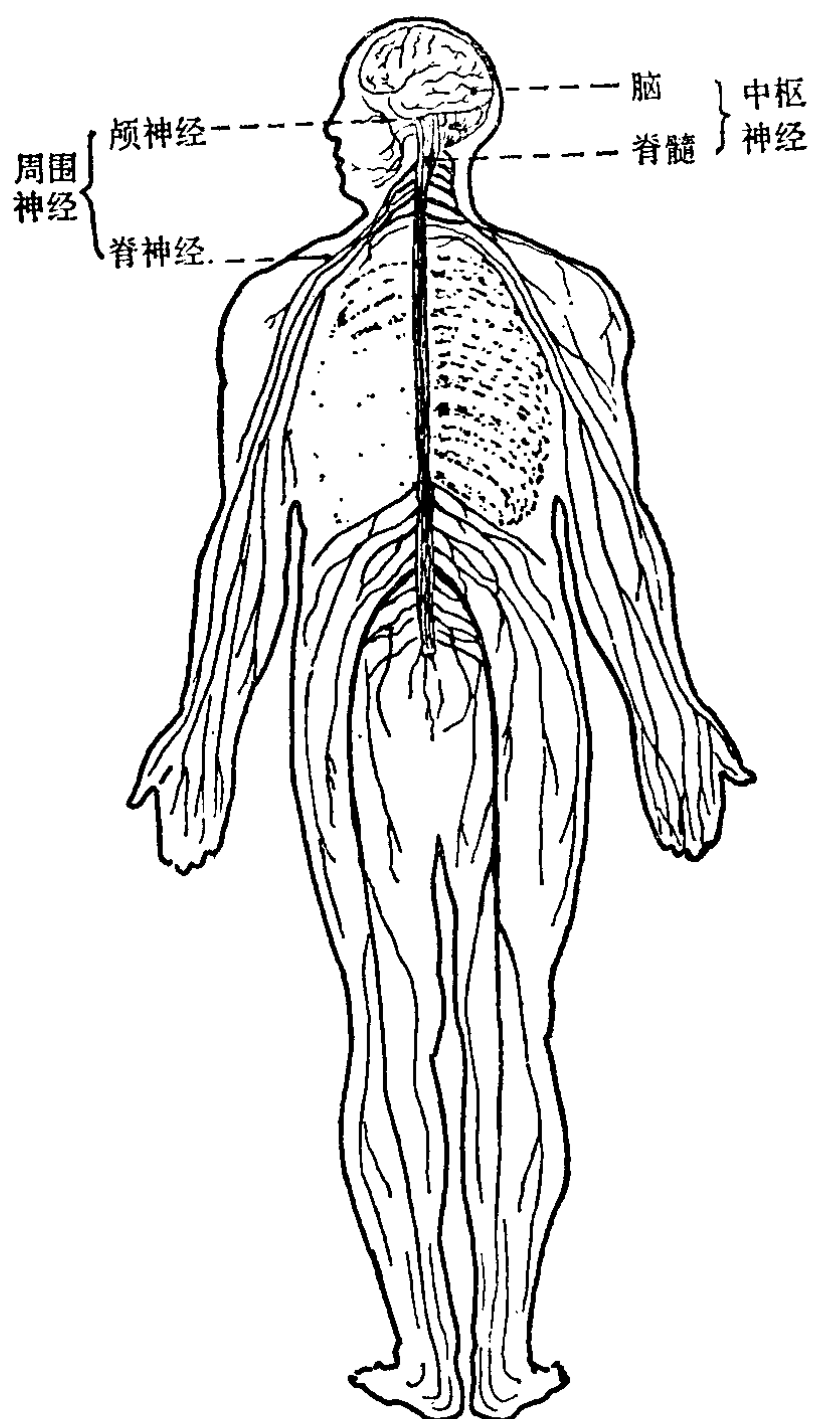


图 1 人的神经系统

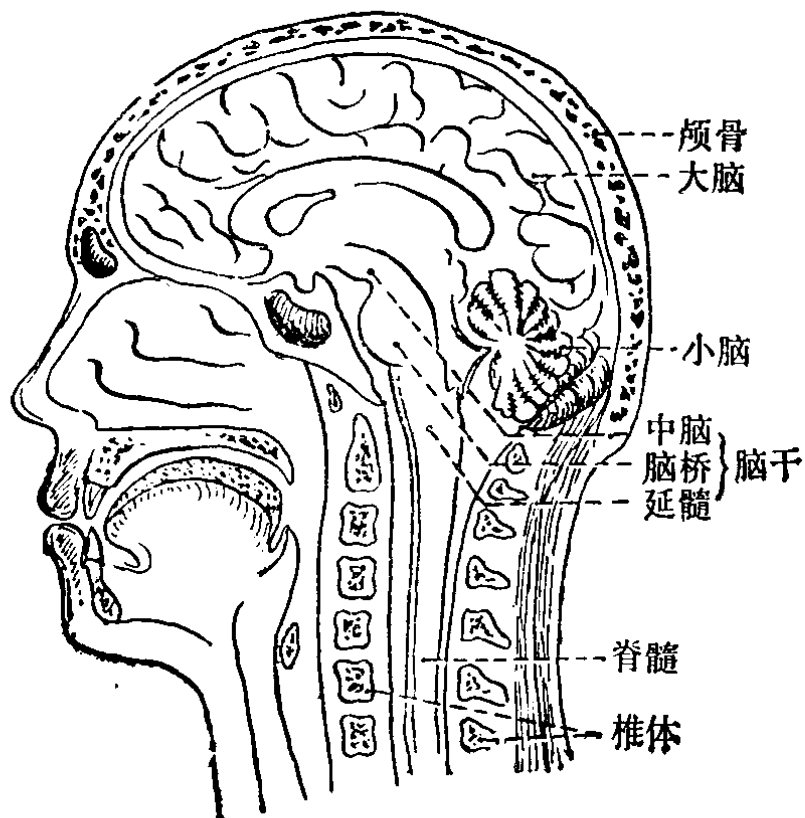


图 2 脑和脊髓

人体最高调节机构——大脑皮层

在整个脑中，大脑最大，约占全脑的 $\frac{3}{4}$ 。人类有着特别发达的大脑，有着高度分化发展的大脑皮层，它是人类高级神经活动、意识、思维的物质基础，是人体最高调节机构，是管理全身各种活动的总枢纽。人的活动是在大脑皮层的调节下有节奏地进行的。

恩格斯说：“首先是劳动，然后是语言和劳动一起，成了两个最主要的推动力，在它们的影响下，猿的脑髓就逐渐

地变成人的脑髓。”由于人类进行社会性劳动，产生了语言和思维，相应地在大脑皮层出现了语言、阅读、书写、计算等中枢。而这些在猿猴的脑子里则是没有的。

头脑在认识过程中，只是起一个“加工厂”的作用。外界的各种刺激反映到人的大脑，在其最高级部位——大脑皮层进行综合、分析、判断，然后作出恰当的反应，使人与外界环境相适应，积极地进行各种活动。

我们来看看大脑的结构：

大脑的外形有点象核桃，呈半球形，左右各一，因而常称为大脑两半球，它笼盖于间脑、中脑和小脑上面。在两侧大脑半球中，有语言、阅读、书写、计算等中枢所在的一侧，也就是功能比较复杂的一侧，叫做优势半球。绝大多数人的优势半球是在左侧。

大脑由于受头颅骨的限制，在发育时形成许多皱折，表面凹凸不平，隆起的部分叫脑回，凹陷的部分叫脑沟，深沟叫脑裂，从而大大增加了脑的表面积。

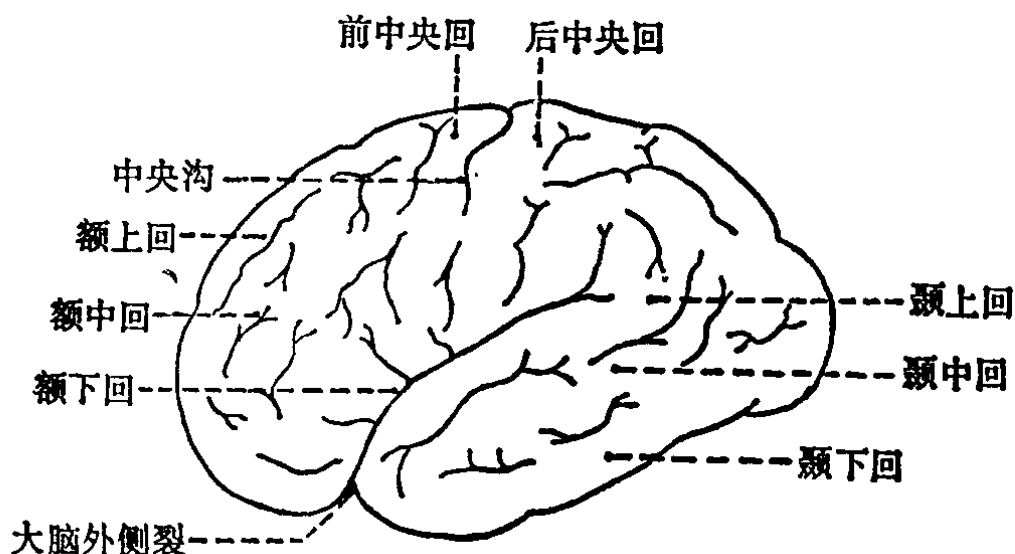


图 3 大脑半球外侧面

脑回各部具有不同的功能，如前中央回主要管理运动，后中央回主要管理感觉。

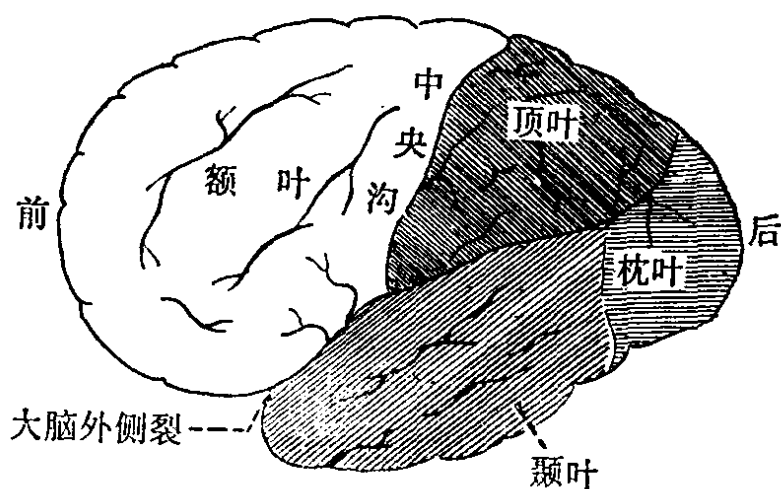


图 4 大脑半球分叶

大脑半球借大脑外侧裂、中央沟和顶枕裂，分为四个叶，即额叶、颞叶、顶叶和枕叶。

大脑半球从表面到里面分为三层，依次是大脑皮层（灰质）、白质和基底神经节。大脑皮层是中枢神经系统的最高级部位，也是发育最晚、功能最完善的结构，总面积约二平方米左右，平均厚度约 2~3 毫米，由成百亿个神经细胞组成，是人类思维器官和人体所有生活功能的最高调节中枢，通过综合、分析，反映客观世界，支配着人们的行动。

大脑皮层不同的区域有一定的分工，执行不同的功能。如额叶主管随意运动，语言、书写和精神活动；顶叶主管感觉，计算、阅读和运用；颞叶主管听觉与嗅觉、味觉，而且与记忆功能有关；枕叶主管视觉。但是各个区域又不是孤立的，彼此之间又是互相联系、互相配合的。

大脑白质主要由神经纤维所组成，这里有向上和向下传

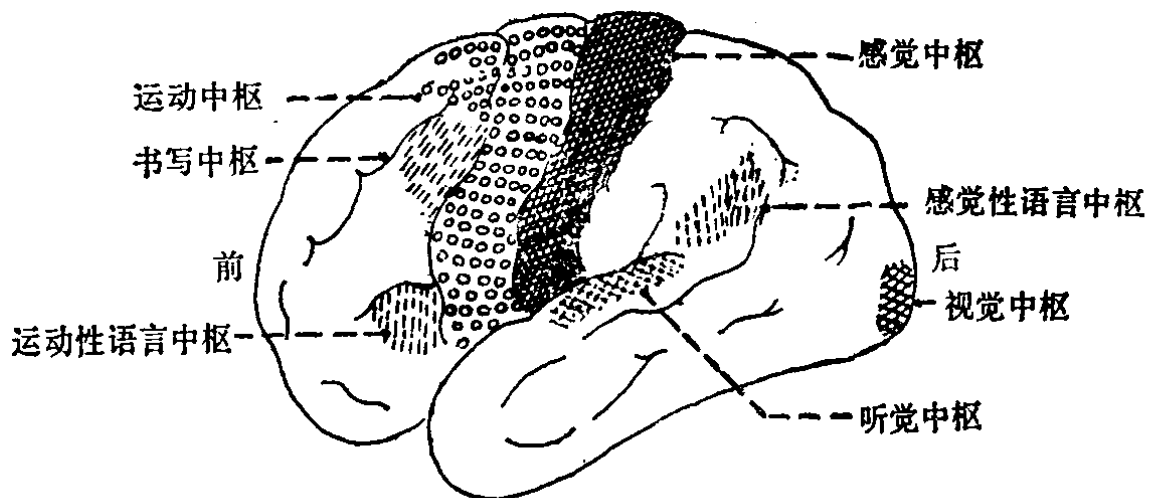


图 5 大脑皮层的功能定位

导运动和感觉的神经纤维。从大脑皮层发出的运动纤维以及从周围传入脊髓的感觉纤维,分别在脑干和脊髓内进行交叉,所以左侧大脑半球支配右侧半身的运动和感觉;同样的,右侧大脑半球支配左侧半身的运动和感觉。

平衡器官——小脑

小脑位于后颅窝内,在大脑半球之下,延髓和脑桥的背侧。

小脑是平衡器官,其主要功能在于维持身体平衡,调节肌肉的紧张度,并使运动协调。当小脑发生病变时出现走路不稳,身体摇晃,容易跌倒,好象喝醉酒似的,医学上叫做醉汉样步态或蹒跚步态。此外,肌肉紧张力减低,眼球往水平方向来回颤动,发音含糊不清,音调忽高忽低,说话时断时续。