

Mymzes

名医

名 医 门 诊 丛 书

头 痛

张秀霞 袁斌华 严 灿 编著

•江西科学技术出版社

•北京科学技术出版社

门诊

MINGYI
MENZHEN
CONGSHU

头痛

张秀霞 袁斌华 严灿 编著

MINGYI MENZHEN
CONGSHU
TOUTONG

江西科学技术出版社
北京科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

头 痛/张秀霞

—江西南昌:江西科学技术出版社

ISBN 7-5390-1571-3

I. 头 痛 II. 张秀霞

III. 内科学 IV. R5

国际互联网(Internet)地址:

[HTTP://WWW.NCU.EDU.CN:800/](http://WWW.NCU.EDU.CN:800/)

头 痛

张秀霞等编著

出版 发行	江西科学技术出版社 北京科学技术出版社
社址	南昌市新魏路 17 号
	邮编:330002 电话:(0791)8513294 8513098
印刷	南昌市红星印刷厂
经销	各地新华书店
开本	850mm × 1168mm 1/32
字数	90 千字
印张	3.625
印数	6000 册
版次	1999 年 9 月第 1 版 1999 年 9 月第 1 次印刷
书号	ISBN 7-5390-1571-3/R·350
定价	8.00 元

(赣科版图书凡属印装错误,可向出版社出版科或承印厂调换)



头痛这一病症(更确切地说是一个症状),对绝大多数人来说都有体会,有些人体会深刻,有些人体会较浅,有些人有此体会之后终身难忘,甚至谈“头痛”色变。的确,头痛常常令医生们也感到“头痛”。

随着社会生活节奏的加快,人们精神状态的日益紧张,自然环境的恶化,引起人们头痛的因素也越来越复杂,从生理到心理,从社会到环境,物理、化学、生物等等因素几乎无一例外地或是“主犯”,或为“帮凶”,或者单独“进犯”,或者“团体作案”。总之引起头痛的病因病理十分复杂,难以如数定论。

不管如何,面对令患者和医生均头痛的“头痛”,我们医者没有理由袖手旁观,没有理由不去为之投注心血,潜心研究。因此,正像许许多多致力于“头痛”的研究者一样,我们也对“头痛”进行了多年的研究,并为了抛砖引玉,更为了广大的患者,我们将自己的临床心得和其它专家同仁的经验汇集成册,力求用最通俗的语言传达出我们对“头痛”认识的信息,以飨广大的头痛患者。基于笔者的专业理论水平和文字能力的有限,错误和纰漏之处在所难免,诚望广大读者和同仁批评指正。

编者

一九九九年三月十八日



张秀霞，主任医师(1944年~)1969年毕业于广州中医药大学医疗系本科，分配至中山医科大学附属孙逸仙纪念医院从事临床医疗、教学、科研工作。先后参加脾胃学说研究、肝炎专科、中医妇科和不孕不育咨询门诊的科研医疗工作。对中医肝炎、头痛病、消化病以及妇科病的治疗等有着较深的造诣。曾发表“理中汤新解”(1981年由广东科技出版社辑入《中医方剂选讲》)、“陈少明老中医治疗中老年眩晕经验简介”(1996年国家古籍出版社收录《中国中医药最新研创大全》)、“中医中药治疗高泌乳血症40例临床观察”(获首届世界传统医学大会“生命力杯”优秀论文大赛金杯奖)等十几篇论文。现为孙逸仙纪念医院中医科主任。



袁斌华，男，35岁，毕业于广州中医药大学并获中医内科学博士学位。1996年被评为“广东省南粤优秀研究生”。他从事临床工作已有十五年，擅长运用中西医结合方法治疗心脑血管疾病及血液病，尤其擅长于用中医药治疗神经系统疾病，对头痛的治疗颇有经验，已完成重点科研课题2项并获科技成果奖，参编论著2本，发表论文数十篇，并拥有三项发明专利。

严灿，男，28岁，毕业于广州中医药大学并获医学硕士学位。现在广州中医药大学基础医学院从事教学、科研工作。已发表数十篇论文，并多次获奖，1996年入选《世界医学优秀人才大典》。严灿同志主要致力于运用中医药治疗疑难病证，尤其是心脑血管疾病的临床与实验研究，目前正参加并具体负责两项相关性课题的研究工作。



名 医 门 诊 丛 书

编 委

(按姓氏笔画为序)

王光超	池芝盛	孙定人	朱宣智
曲绵域	严仁英	陈清棠	张金哲
胡亚美	翁心植		

执行编委

陈 仁



1	由来已久的病痛——头痛·····	(1)
2	什么是头痛·····	(3)
3	头痛是疾病吗·····	(4)
4	头痛有什么感觉·····	(5)
5	头痛究竟有多厉害·····	(5)
6	如何区分头痛与面痛·····	(6)
7	何处受损才头痛·····	(7)
8	头痛是怎样发生的·····	(7)
9	头痛就是脑子有病吗·····	(9)
10	什么人易得头痛·····	(9)
11	常见头痛的原因有哪些·····	(10)
12	什么叫锐痛,什么叫钝痛·····	(11)
13	危险的头痛与头痛的危险信号·····	(12)
14	哪些辅助性检查有助于头痛的诊断与鉴别诊断·····	(14)
15	您属于哪种类型的头痛·····	(15)
16	紧张性头痛·····	(17)
17	当代生活与头痛·····	(18)
18	情绪不佳会头痛·····	(19)
19	哪些情况会引起紧张性头痛·····	(20)
20	放松肌肉的方法·····	(21)

21	紧张性头痛的引起、感觉及危害·····	(22)
22	为何头颈部肌肉收缩会引起头痛·····	(24)
23	患紧张性头痛怎么办·····	(25)
24	偏头痛·····	(29)
25	典型的偏头痛·····	(31)
26	偏头痛的古怪类型·····	(33)
27	偏头痛的怪议·····	(34)
28	偏头痛就是半边头痛吗·····	(34)
29	什么人易患偏头痛·····	(35)
30	偏头痛的各种类型·····	(37)
31	普通型偏头痛与典型偏头痛有何不同·····	(39)
32	偏头痛的危险信号·····	(39)
33	偏头痛的发作周期·····	(40)
34	偏头痛的促发因素·····	(40)
35	月经与偏头痛有关系吗·····	(41)
36	妊娠与避孕药对偏头痛有何影响·····	(42)
37	偏头痛发作时该怎么办·····	(42)
38	偏头痛的治疗·····	(43)
39	药物与精神疗法·····	(44)
40	预防偏头痛发作该注意的小节·····	(45)
41	什么叫三叉神经痛？三叉神经痛是怎么引起的？··	(45)
42	三叉神经痛的古怪症状·····	(46)
43	三叉神经痛的古怪类型·····	(47)
44	鹭鸶脸是怎么回事·····	(47)
45	三叉神经痛的治疗·····	(48)
46	药物治疗三叉神经痛失败后怎么办·····	(49)
47	哪些三叉神经痛患者可手术治疗·····	(50)
48	三叉神经痛的中医治疗·····	(50)

49	三叉神经痛如何与枕大神经痛相鉴别	(51)
50	丛集性头痛	(52)
51	丛集性头痛的发作	(52)
52	怎样诊断丛集性头痛	(54)
53	丛集性头痛的治疗	(55)
54	为何妇女头痛多	(56)
55	避孕药物引起的头痛	(56)
56	怀孕期头痛是怎么回事	(57)
57	经前期头痛是什么道理	(57)
58	月经与头痛	(59)
59	绝经与头痛	(60)
60	女性植物神经失调性头痛	(61)
61	怎样对付经前期综合征	(61)
62	怎样才能知道婴儿有头痛	(62)
63	小儿何时才能准确诉说头痛	(63)
64	儿童头痛的类型	(63)
65	儿童突发性头痛的原因	(64)
66	儿童反复发作头痛是何原因	(64)
67	儿童慢性头痛的原因	(65)
68	儿童何时头痛为严重	(66)
69	儿童会患紧张性头痛吗	(67)
70	儿童有偏头痛吗	(67)
71	儿童头痛的防治	(68)
72	老年人的头痛	(69)
73	头部外伤引起的头痛	(71)
74	为什么说头痛是颅内压增高的主症	(73)
75	高血压性头痛	(74)
76	齿源性头痛	(76)

77	吞咽神经痛为什么要用手指捺咽喉	(76)
78	鼻源性头痛	(77)
79	耳源性头痛	(78)
80	眼源性头痛	(78)
81	下颌关节病为什么会引起头痛	(79)
82	脑肿瘤与头痛	(79)
83	头痛的部位与脑肿瘤的生长部位一致吗	(80)
84	一般感染性疾病中的头痛	(81)
85	神经衰弱与头痛	(81)
86	神经衰弱究竟是怎样引起的	(82)
87	变态反应性头痛	(83)
88	中毒与头痛	(84)
89	透析性头痛	(85)
90	醉酒与头痛	(85)
91	腰椎穿刺与头痛	(86)
92	便秘会引起头痛吗	(87)
93	哪种脑中风可以发生头痛	(87)
94	头部外伤后不久又出现头痛怎么办	(88)
95	头部外伤数周后发生头痛怎么办	(88)
96	头部外伤后发生慢性头痛是什么缘故	(89)
97	外伤引起的颅压降低性头痛怎样治疗	(90)
98	头痛的药物治疗	(91)
99	头痛的非药物治疗	(95)
100	头痛的中医药疗法	(96)
101	头痛的药粥与饮食疗法	(99)
102	头痛的催眠疗法	(103)
103	医患配合治头痛	(104)

1 由来已久的病痛——头痛

大凡来门诊就诊的病人，90%都会这样说：“我头痛”或“有头痛”，可见头痛是多么的常见。

头痛时轻时重，忽隐忽现，使患者百般无奈，使医生也“头痛”。头痛不只是现在才有的“现代病”，也是由来已久的“历史病”。早在文明史以前，甚至在人类诞生之日起，头痛就已相伴而生了。有证据表明：早在数万年前的新石器时代，人类就已发明了治疗头痛的方法，他们除了采用巫术、打鬼或念咒来治疗头痛外，还用石环锯和石刀在人的脑壳上凿孔钻洞，好让缠身的“鬼怪”从这圆洞中跑掉，以达到治疗头痛的目的，有专家认为，这就是最早的外科手术。

从古埃及法老墓中出土的木乃伊中，确实有头颅被钻孔的，而且在钻孔的周围已长出了新的骨头，这说明患者在手术后存活了相当长的时间，只是后来又患了其它疾病才死亡。同时我们也可以想象出，在没有麻醉药，没有止血钳，没有抗菌素的条件下，患者甘愿接受这种手术，可见他所患的头痛有多么厉害！

远古人类认为头痛为鬼怪恶魔所致，驱鬼逐魔的方法也各有不同。如秘鲁的印第安部落的巫医常常在头痛病人的两眼球之间割开一个小口子，让流出来的血将魔鬼冲走。索马里的部落巫医把动物的内脏和粪便混和，令头痛的病人吞服，希望用这种方法来驱赶魔鬼。阿拉斯和波利尼西亚的土著巫医则拿藤条或皮鞭连续抽打病人，藉此打在病人身上使魔鬼感到痛苦而离去。

随着时间的推移和认识的加深，驱鬼治头痛也不再是唯一的方法了。公元前 100 年，一位有名的希腊外科医生建议对头痛的病人采用电刺激疗法，他用捕捞来的一种带电的“鱼雷鱼”来治疗头痛。这种“鱼雷鱼”所放的电可以把人击倒，但不像电鳗所放的电那么强，可以致人于死地。他把“鱼雷鱼”放在病人两侧太阳穴上，鱼放电之后，病人的头痛果然得到缓解，这一方法一直沿用了近 1500 年。也许我们今天使用的现代电刺激疗法多少得益于他的启示。

最早对头痛的描述是“半个头有病”，这见于现存最古老的两本医书之一的埃伯斯古书中，该书是 100 多年以前埃伯斯教授在古埃及的墓穴中发现的。据考证，这个“病”字指的就是“偏头痛”。

著名的希腊医生，医学之父——希波克拉底在他的著作中也不无例外地对头痛作过这样的描述：

“大多数病人先觉得眼前有闪光的物体，通常在右眼。最终爆发右颞部剧烈头痛，并放射到全头部以及颈部。”

这段描写很像现今所说的偏头痛发作，虽然不甚确切，但仍有一定的临床价值。

另一位希腊医生加仑列举了气质与健康 and 疾病的关系。当时他把气质看成是某些液体在血液中的流动，通过它们的化学作用来影响人体。他提出的四种液体是血液、粘液、黄胆汁和黑胆汁，他把具有某些气质特点的人称为多血质、粘液质、忧郁质和胆汁质，认为头痛可能与这些“汁”有关。

中世纪以后，人们就开始试用各种药物来治疗头痛了，如：氨、银、汞、铅、蓖麻油、罂粟碱、鸦片、可待因、曼陀萝等，特别是鸦片类药物，止痛效果良好，直到今天我们仍然用来治疗头痛。

在我国，中医学对头痛的认识及治疗渊源流长。有一个

著名的历史故事可资作证:史载,三国时期,曹操患头痛病,名医华佗诊断为脑瘤,准备用麻沸汤麻醉后予以切除。曹操不信华佗的诊断,怀疑华佗故意谋害他,于是下令将华佗囚禁并处死。这个故事说明早在公元2世纪,中医对头痛的诊疗水平已很高,而且可以做开颅手术了。

源于2000多年前的针灸治疗头痛既方便又实用,医生只要用几根小针便可解除疼痛。头痛当然是针灸最主要的适应症之一,正规的针灸穴位共361个,配合得当,大多数穴位都可用于治疗头痛,这些穴位大多数位于手和足的四条阳经上。针灸止痛的机理虽然尚不完全清楚,但其镇痛效果确为世界各国所公认。

对头痛有效的中药方剂更是多种多样,如川芎茶调散、通窍活血汤等等,不一而足。

虽然对与人类历史一样悠久的头痛经过多少代人的探索与研究,直到科学如此发达的今天,也还是没有完全认识清楚。关于头痛的各方面研究都在全面进行,新的头痛分类法、治疗药物和诊断治疗新技术层出不穷,但要完全彻底地解决头痛这一病痛,看来还需要相当长的时间。

2 什么是头痛

什么是头痛?你也许会脱口而出:“头痛就是头部疼痛呗。”你的回答对了,但也不全对。从医学的观点来看,这种回答是不够确切的。谁都知道,头皮被利器划破后,当然会发生头痛,而且其部位也确实是在头上,但是人们习惯上将这种头皮局部的表浅性疼痛称为“头皮痛”,而不叫做“头痛”。再如

头上生了个小疖子,也会引起头部疼痛,但这种疼痛我们也不称为头痛。因此,确切地说,头痛是指在头的深部的疼痛及牵涉痛。

那么什么又叫牵涉痛呢?先让我们来举个例子。如果你大口大口地将冰棍或冰激淋含在嘴里,不久你会觉得你的头前额部疼痛。这是因为强烈的寒冷刺激不断地刺激分布于口腔粘膜的神经末梢,通过神经末梢将刺激上传到中枢神经,后者又将刺激再向下回传到前额部,这就产生了前额部疼痛。眼睛、耳朵、牙齿、鼻子等头部邻近器官的疼痛,也都是通过这种相似的机理引起头痛的。换句话说,头颅附近器官疾病除引起病变局部的疼痛外,还会向头部扩散而导致头痛,这种情况就叫做“头部牵涉痛”,这也是头痛的主要原因之一。

3 头痛是疾病吗

头痛可发生在颈部、头的一侧或两侧、前头或后头的任何一个部位。头痛可以是钝痛、剧痛、跳痛、刺痛或持续痛。有的头痛可以觉察到,有的则难以忍受,有的人只觉得头里有些异常感觉,甚至没有疼痛,如头昏、眼花、紧张不安等。头痛剧烈时,有人会难以忍受到想去跳楼自杀,而头痛轻微时则完全可以不去理会它,正因为如此,我们说头痛本身不是一种疾病。医生常会这样给你解释,头痛只是一种症状,不是一种病。它是一种感觉,是警报其它疾病的一种感觉。这一点很重要,因为医生需要的是治本,而不是治标。正如心脏病发作时,常伴有左臂疼痛症状,但需要治疗的是心脏病本身,而不是左臂。

确切地说,头痛是症状而不是体征,症状与体征的区别在

医学上是很重要的。症状是指个人的感觉，体征则是指医生或别人所能看到或发现的客观情况。晕船的人会感到恶心、眼花缭乱、昏昏欲睡，这些都是症状。而患者的脸色苍白、身出冷汗、呼吸深沉短促，甚至呕吐等都是体征。可见头痛不是一种病，也不是体征，而是一种主观感觉，是症状。

4 头痛有什么感觉

头痛可发生在颈部、头的一侧或两侧，前头或后头的任何一个部位。头痛的类型各有不同，甚至常常变换疼痛的方式。疼痛可以是钝痛、剧痛、跳痛、刺痛或持续痛。有的头痛刚刚能够觉察到，有的则难以忍受，有的可能没有疼痛，有的人则只是觉得头里有些异常感觉，如头昏眼花，紧张不安，这些都是头痛的表现。

那么，头痛一般有什么感觉呢？用患者自己的话来说，“好象我的头顶就要炸开似的”、“有条带子紧紧地缠在头上”……“头上压着一个很重的东西”、“就像有人当头打了我一棍”。有位患精神病的妇女说：“我觉得好象头里楔进了一颗钉子似的”，非要 X 光证实在她的头里真的有颗钉子才行。

小小的一个头痛，并不那么简单吧！

5 头痛究竟有多厉害

医生和专家们经常把丛集性头痛及三叉神经痛作为人类三四个最疼痛的病症之一而列入诊断和疼痛目录中，这些病

症都是常常痛得叫你想自杀的罪魁祸首。在头痛学科中,症状、体征和疾病的界线不是十分清楚,细小的区别都很少存在,表现形式错综复杂,因为头痛是一个变化多端、表现多样、后果不一、甚至危及生命的疾病。一位医生说得好,唯一不难忍受的疼痛是别人的疼痛。除非你亲自领略过头痛的滋味或始终陪伴过头痛的病人,否则,你就不可能充分理解那种可怕的头痛。当疼痛到极点时,有的人用拳捶地,有的人用头撞墙,有的人呆坐一角,有的人嚎啕大哭,有的人干脆选择一死了之。

6 如何区分头痛与面痛

过去一向认为,头痛与面痛是以眉毛或眼的水平线作为分界线的,眉或眼的水平线以上部位的疼痛称头痛;水平线以下部位的疼痛包括面颊部、鼻梁和鼻翼、下颌等处发生的疼痛都叫做面痛。这样人为的划分,在临床应用时显然让人左右为难。因为眼眶上方与面颊部、下颌部的感觉都属同一条神经的支配。倘若以眉或眼的水平作为分界线的话,眼眶上方疼痛无疑应属于头痛,而面颊和下颌部位的疼痛则应属于面痛。但当这条神经受到损害时,往往会同时引起眼眶上方和眼眶下方的疼痛,这样究竟是头痛还是面痛,就无法区分了。可见传统的这种头面痛划分法是不太合理的。所以,近代很多医学家们已将面痛并入头痛范围以内,合称为广义的头痛。换句话说,凡是头部或面部的深在性疼痛或牵涉痛都叫做头痛。