



常见病家庭医生系列

脑血管病 家庭医生

李康增 陈国章 编著

- ★ 记住祸福相倚的道理
- ★ 生活好要警惕富贵病
- ★ 脑栓塞是怎么回事
- ★ 警惕药物性脑卒中
- ★ 怎样保护脑血管



羊城晚报出版社

常见病家庭医生系列

脑血管病家庭医生

李康增 陈国章 编著

羊城晚报出版社

· 广 州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

脑血管病家庭医生 / 李康增等编著. — 广州: 羊城晚报出版社, 2003.10

(常见病家庭医生系列)

ISBN 7-80651-243-8

I. 脑... II. 李... III. 脑血管病-诊疗 IV. R743

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 022335 号

脑血管病家庭医生

Naoxueguanbing Jiating Yisheng

出版发行/ 羊城晚报出版社 (广州市东风东路 733 号 邮编: 510085)

发行部电话: (020) 87776211 转 3824

经 销/ 广东新华发行集团股份有限公司

印 刷/ 湛江日报社印刷厂 (湛江市赤坎康宁路 17 号 邮编: 524049)

规 格/ 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张 7.25 字数 160 千

版 次/ 2003 年 10 月第 1 版 2003 年 10 月第 1 次印刷

印 数/ 1~5 000 册

书 号/ ISBN 7-80651-243-8/R·66

定 价/ 15.00 元

版权所有 违者必究 (如发现因印装质量问题而影响阅读, 请与印刷厂联系调换)

编 者 的 话

健康是人生最宝贵的财富，失之倍觉珍贵。近些年来，人民生活水平在不断地提高，然而祸福相倚，一些与人们饮食营养、身心状态、生活环境等因素密切相关的常见病、慢性病，如糖尿病、高血压、冠心病、脑血管病等疾病的发病率呈上升的趋势，严重危害人们的健康。

为了自身的健康，人们需要对各种慢性病进行自我预防、自我发现、自我保健；一旦得了慢性病，患者及家属也迫切需要了解疾病的防治知识。因此，我们邀请了有丰富临床经验的各专业主任医师级专家，根据各种疾病的特点与读者的需要，采用广大读者喜闻乐见的问答形式，运用通俗易懂的语言，编写了这套《常见病家庭医生系列》。

在每本书中，医学专家系统地、科学地、简捷地介绍了各种慢性病的发病原因、临床表现、如何早期自我发现、预防方法、该做的检

查等医学知识。在治疗方法上除了介绍药物、手术、介入等现代医学方法外，还根据各种疾病的不同特点，选择性地介绍了各种简易、实用、安全、有效的自然疗法（如药膳疗法、药茶疗法、药枕疗法、运动疗法、推拿疗法等）。读者可以从书中了解、学会、掌握各种医学知识与行之有效的治疗方法，各取所需为保健治病服务。

编 者

目 录

第一部分 脑血管病及其成因

一、脑血管病的基本知识	3
■ 为什么说大脑是人体的“总司令部”	3
■ 正常人脑的血液循环是怎样的	4
■ 什么是脑血管病	5
■ 常见的脑血管病有哪些	6
■ 为什么说脑血管病是严重的疾病	7
■ 哪些人容易患脑血管病	8
■ 为什么中老年人容易患脑血管病	9
■ 年轻人会患脑血管病吗	10
■ 年轻人脑血管病有哪些特点	11
■ 脑血管病发病有季节性吗	12
■ 什么是脑出血	13
■ 哪些人容易得脑出血	14
■ 什么是脑血栓	15
■ 哪些人容易得脑血栓	16
■ 脑栓塞是怎么回事	17
■ 怎样区别脑血栓与脑栓塞	18
■ 什么叫蛛网膜下隙出血	19

■ 什么叫短暂性脑缺血发作	19
■ 为什么说小中风是中风的危险信号	20
■ 动脉粥样硬化是如何形成的	21
■ 什么叫脑动脉硬化	23
■ 为什么说脑动脉硬化是脑卒中的前提	23
■ 什么叫脑动脉硬化症	24
■ 血管性痴呆指的是什么	25
二、脑血管病的原因	26
■ 引起脑血管病的原因有哪些	26
■ 性别与脑血管病的发病有关吗	28
■ 饮食与脑卒中有何关系	28
■ 吃盐多的人易发生脑血管病吗	30
■ 吸烟与脑卒中有关吗	31
■ 吸烟为什么易引发脑梗死呢	32
■ 酗酒与脑卒中有关吗	33
■ 脑血管病会遗传吗	34
■ 为什么高血压是引起脑血管病的危险因素	35
■ 血压过低也会引起脑血管病吗	36
■ 肥胖的人是否更易患脑血管病	36
■ 高脂血症患者为什么易发生脑血管病	37
■ 心脏病患者为什么容易发生脑血管病	38
■ 糖尿病患者为什么容易发生脑血管病	39
■ 颈椎病患者为什么易发生脑血管病	40
■ 口服避孕药与脑血管病有关吗	41
■ 还有哪些慢性病可以引起缺血性脑血管病	42

■ 还有哪些慢性病可以引起出血性脑血管病	43
■ 哪些因素易诱发脑血管病	43
■ 为什么用力过猛能诱发脑血管病	44
■ 为什么过度疲劳会诱发脑血管病	44
■ 性格与脑血管病有何关系	45
■ 为什么不良情绪能诱发脑血管病	46

第二部分 脑血管病的症状与检查

一、脑血管病的症状	49
■ 什么是脑血管病先兆	49
■ 脑血管病有哪些先兆症状	49
■ 为什么头痛突然加剧可能是脑血管病先兆	50
■ 怎样根据头痛程度和性质来判断脑血管病	51
■ 为什么肢体发麻也要当心脑血管病	52
■ 为什么突然眩晕、呕吐、站立不稳是脑血管病的先兆	53
■ 为什么血压变化时要当心脑血管病	54
■ 脑出血有哪些表现	55
■ 蛛网膜下隙出血有哪些表现	55
■ 脑血栓形成所致的脑梗死有哪些表现	56
■ 脑动脉硬化症有哪些表现	57
■ 什么叫“三偏综合征”	58
■ 急性脑血管病的患者为什么会发热	58
■ 脑血管病急性期发热有哪些危害	59

■ 脑血管病患者为什么会出现呃逆	60
■ 怎样判断脑血管病患者的意识状况	61
■ 意识障碍可分为哪几种	61
■ 为什么老年人易发生意识障碍	62
■ 脑血管病患者为什么会发生语言障碍	62
■ 脑血管病患者的失语症有哪几种	64
■ 什么叫运动性失语	64
■ 什么叫感觉性失语	64
■ 什么叫混合性失语	65
■ 为什么有的患者会发生患肢肌肉萎缩	65
■ 为什么脑血管病患者易发生便秘	66
■ 为什么脑血管病患者会出现癫痫	66
■ 什么叫“植物人”	67
■ 脑血管病急性期常见有哪些并发症	68
■ 什么叫脑疝	69
■ 脑血管病引起的脑疝有哪几种	69
■ 脑血管病患者为什么会出现脑疝	69
■ 出现脑疝时有哪些临床表现	70
■ 小脑幕疝有哪些临床表现	71
■ 枕骨大孔疝有哪些临床表现	72
 二、脑血管病的检查	73
■ 脑血管病急性期需要做哪些化验检查	73
■ 脑血管病患者为什么要做腰椎穿刺	74
■ 腰椎穿刺会影响健康吗	75
■ 哪些情况下需要做腰椎穿刺检查	75

■ 腰椎穿刺检查后应注意什么	76
■ CT 或磁共振对脑卒中的诊断有何价值	77
■ CT 检查前应注意什么	78
■ 已做过 CT 检查者为何仍需进行磁共振检查	79
■ 什么是脑血管造影	80
■ 做脑血管造影时应注意哪些问题	80
■ 哪些情况要做脑血管造影	81
■ 脑血流图对脑血管病的诊断有何意义	81
■ 经颅多普勒对诊断脑卒中有何作用	82
■ 脑血管病患者做脑超声波检查有何意义	83
■ 脑血管病患者为什么要做胸部 X 线检查	84
■ 脑血管病患者为什么要检查心电图	84
■ 为什么脑血管病患者要做眼底检查	85
■ 什么是脑电地形图	85
■ 脑电地形图在脑血管病诊断上有何价值	86

第三部分 脑血管病的治疗

一、脑血管病的抢救与治疗	89
■ 遇到脑血管意外患者该怎么办	89
■ 为什么得了脑卒中的患者要赶紧送医院	90
■ 运送脑血管意外患者时应注意哪些问题	91
■ 抢救脑卒中应避免哪些错误措施	92
■ 脑出血的急救措施有哪些	93
■ 脑出血的治疗措施有哪些	94

■ 蛛网膜下隙出血的急救和处理措施有哪些	96
■ 对短暂性脑缺血发作怎样进行治疗	97
■ 什么是缺血性脑卒中的超早期治疗	98
■ 什么时候是脑梗死治疗的关键时刻	100
■ 怎样进行急性缺血性脑卒中的静脉溶栓治疗	102
■ 什么是脑梗死的介入疗法	103
■ 治疗缺血性脑卒中的常用药物有哪些	105
■ 脑萎缩的诊治方法有哪些	107
■ 为什么脑卒中患者要慎防癫痫发作	108
■ 为什么脑卒中之后要防抑郁症	110
■ 应如何治疗脑血管病合并消化道出血	112
■ 急性脑血管意外患者发热时应如何进行物理降温	114
■ 若物理降温无效该怎么办	115
■ 应如何治疗脑血管病患者的呃逆	115
■ 如何处理脑血管病患者尿潴留	116
二、脑血管病的护理与食疗	117
■ 守护重症脑血管病患者应重点注意哪些问题	117
■ 怎样观察重症脑血管病患者的病情	118
■ 怎样护理脑血管病昏迷患者	119
■ 脑出血患者急性期的主要护理措施有哪些	121
■ 蛛网膜下隙出血患者如何做到绝对卧床	121
■ 脑血管病患者出现高热时应如何护理	122

■ 如何保护脑血管病昏迷者的眼睛	123
■ 怎样进行脑血管病患者的口腔护理	124
■ 脑血管病患者什么部位易患褥疮	125
■ 如何判断褥疮的严重程度	125
■ 怎样预防发生褥疮	126
■ 发生褥疮后应如何护理	127
■ 脑血管病患者为什么要保持大便通畅	128
■ 怎样使脑血管病患者保持大便通畅	128
■ 脑血管病患者发生便秘时该怎么办	129
■ 怎样给便秘患者灌肠	129
■ 脑血管病患者大便失禁时应如何护理	130
■ 脑血管病患者尿潴留时怎样护理	131
■ 脑血管病患者尿失禁时怎样护理	131
■ 怎样给脑血管病患者喂饭	132
■ 怎样给脑血管病患者喂药	133
■ 什么叫管喂饮食	133
■ 怎样配制管喂饮食	134
■ 管喂饮食应注意哪些事项	135
■ 脑血管病患者怎样进行饮食调养	135
■ 瘫痪患者的饮食调养应注意什么	136
■ 脑血管病患者如何选择食物	137
■ 脑血管病患者恢复期饮食有哪些禁忌	138
■ 脑血管病患者为什么要选用适量健脑食物	138
■ 哪些食品有健脑作用	139
■ 脑血管病患者怎样对待饮酒	141
■ 脑血管病患者可以选用哪些食疗药膳	142

第四部分 脑血管病的预防及其后遗症的康复

一、脑血管病的预防	147
■ 脑血管病可以预防吗	147
■ 怎样预防脑血管病的发生	148
■ 怎样从饮食上预防脑血管病的发生	148
■ 高蛋白饮食能预防脑血管病吗	150
■ 饮茶能预防脑血管病吗	150
■ 体育锻炼对预防脑血管病有何益处	151
■ 为什么过度疲劳易致脑卒中	151
■ 什么是脑卒中预防中的两个“3”	152
■ 什么是预防脑出血的“三字经”	154
■ 怎样通过控制高血压来防止脑出血	156
■ 为什么降压过度也会发生脑卒中	157
■ 怎样通过控制高血糖来预防脑卒中	158
■ 怎样调节血脂来防止脑卒中	159
■ 怎样控制高血黏度预防脑卒中	161
■ 为什么控制体重有利于预防脑卒中	161
■ 什么是脑卒中体质	162
■ 为什么要警惕药物性脑卒中	164
■ 为什么说防治动脉硬化也是预防脑血管病的关键	165
■ 怎样保护脑血管	166
■ 综合性预防脑血管病的措施有哪些	168

■ 怎样消除脑血管病的诱发因素	168
■ 为什么说控制短暂性脑缺血发作是预防 脑血管病的重要措施	169
■ 怎样才能预防脑出血的发生	170
■ 如何预防脑血栓形成	171
■ 哪些患者宜进行中风预测	172
■ 哪些检查项目可以预测中风	172
■ 血液流变学值异常与脑血管病有什么关系	173
■ 血液流变学检查有何意义	174
■ 血小板聚集与脑血管病有何关系	175
■ 做甲皱微循环检查有何价值	175
二、脑血管病后遗症的康复	176
■ 什么是康复	176
■ 脑血管病的康复包括哪些内容	177
■ 脑血管病患者进行康复治疗的目的是什么	178
■ 脑血管病患者进行康复治疗的原则是什么	178
■ 脑血管病患者在康复过程中应注意哪些 问题	180
■ 脑血管病患者康复治疗从什么时候开始 为宜	180
■ 脑血管病的后遗症有哪些	181
■ 智力及精神障碍有何表现	182
■ 怎样进行急性期的康复治疗	182
■ 脑血管病患者有哪些心理障碍	184
■ 怎样进行心理康复治疗	185

■ 如何帮助患者保持健康而稳定的情绪	186
■ 怎样指导患者积极进行认识活动	187
■ 如何恢复患者的社会适应力	187
■ 如何增强脑血管病患者战胜疾病的信心	188
■ 为什么瘫痪侧肢体常会出现疼痛	189
■ 偏瘫一侧的肢体为什么会发生肿胀	190
■ 怎样防治患肢肿胀	192
■ 帮助患者恢复上肢的功能有何意义	192
■ 如何帮助患者恢复上肢的功能	193
■ 脑血管病患者使用轮椅有何优缺点	195
■ 如何帮助患者学会从床上到轮椅上的相互转移	196
■ 半身不遂患者怎样进行综合性康复治疗	197
■ 什么是偏瘫后健侧代偿性康复	198
■ 怎样进行偏瘫后健侧代偿性康复	199
■ 脑血管病患者怎样进行被动运动	200
■ 被动运动时应注意什么	200
■ 脑血管病患者怎样进行主动运动	201
■ 如何帮助患者恢复站立功能	202
■ 偏瘫患者具备哪些条件后方可练习行走	203
■ 偏瘫患者怎样练习行走	204
■ 偏瘫患者如何进行功能锻炼	205
■ 按摩能帮助脑血管病患者康复吗	206
■ 偏瘫患者怎样进行家庭按摩	207
■ 偏瘫患者怎样自我按摩	208
■ 对偏瘫患者进行按摩时应注意哪些问题	209

-
- 怎样练习医疗康复气功 210
 - 脑血管病后遗症怎样进行对症气功治疗 211
 - 偏瘫患者进行功能锻炼时需注意哪些问题 211
 - 脑卒中患者吞咽障碍怎样进行康复训练 213
 - 如何帮助失语者恢复语言功能 215

第一部分

脑血管病及其成因