

名医护航 / 第二军医大学健康科普系列丛书
总主编 孙颖浩 朱明哲

汇聚军大医学精英 打造医学科普全书 传递前沿健康理念

眩晕

XUANYUN

主编 © 庄建华



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

名医护航

第二军医大学健康科普系列丛书

总主编 孙颖浩 朱明哲

眩 晕



主 编 庄建华

副主编 李 斐 李雁鹏



第二军医大学出版社
Second Military Medical University Press

内 容 简 介

本书分8个部分,主要向读者介绍了各种眩晕/头晕疾病的临床表现、诊断和治疗中的科普知识,同时列出多个急需纠正的认识误区。各种常见眩晕/头晕疾病主要按照反复发作、单次发作和持续性三种类型逐一描述,并对患者在诊断、治疗和预防中需注意的一些细节进行阐述。适合眩晕/头晕疾病患者及家属、全科医生阅读、参考。

图书在版编目(CIP)数据

眩晕/庄建华主编. —上海:第二军医大学出版社,
2016.9

(名医护航/孙颖浩,朱明哲主编)

ISBN 978-7-5481-1257-0

I. ①眩… II. ①庄… III. ①眩晕—防治—问题解
答 IV. ①R764.34-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 225352 号

出 版 人 陆小新

责任编辑 画 恒

策划编辑 陆小新 高敬泉

眩 晕

主 编 庄建华

第二军医大学出版社出版发行

<http://www.smmup.cn>

上海市翔殷路 800 号 邮政编码: 200433

发行科电话/传真: 021-65493093

全国各地新华书店经销

江苏天源印刷厂印刷

开本: 787×1092 1/16 印张: 11 字数: 143 千字

2016 年 9 月第 1 版 2016 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5481-1257-0/R.1975

定价: 33.00 元

第二军医大学健康科普系列丛书

编 委 会

总 主 编 孙颖浩 朱明哲

副 总 主 编 王红阳 廖万清 夏照帆

刘 斌 贺 祥

编 委 名 单 (以姓氏笔画为序)

丁 茹	马丽萍	王 丹	邓本强
石勇铨	白 冲	白玉树	冯 睿
毕晓莹	庄建华	刘 龙	刘玉环
刘伟志	刘建民	江 华	江德胜
李 兵	李 明	李兆申	吴宗贵
张 彤	张火俊	陈世彩	陈岳祥
金志军	郑宏良	居小萍	封颖璐
赵东宝	赵仙先	侯晓军	俞超芹
袁 文	徐明娟	高春芳	唐 昊
凌昌全	黄 勤	黄志刚	梅长林
盛 媛	梁 春	韩一平	景在平
曾 欣	谢渭芬	潘炜华	魏锐利

总主编助理 孙 逊 徐正梅 刘厚佳 孙 嫒

《眩 晕》

编者名单

主 编 庄建华

副主编 李 斐 李雁鹏

编 者(以姓氏笔画为序)

王文昭	王国权	尹 又
兰丹梅	庄建华	许义新
李 斐	李 想	李 澎
李雁鹏	杨化兰	杨月嫦
吴惠涓	张 琳	张道宫
陈 瑛	周丽丽	周晓闻
赵 菲	赵正卿	贺 斌
顾欢欢	徐 瑾	高 博
黄树其	彭 华	谢雪微
靳 哲		

总序

General Preface

随着医学科技的发展和人民生活水平的提高,预防保健、健康管理已成为当代人日常生活关注的热点。

国医大师蒲辅周说过,“无病善防、提高体质;有病驱邪,慎毋伤正”。惟有了解疾病,才能有效地与其作斗争。因此,一套科学可靠、权威专业、贴近需求、易于理解、便于操作的科普保健指导丛书对于广大群众来说,显得十分必要。与此同时,现代医学技术、互联网科技和健康保健产业快速发展,人们获取各类医疗保健知识和讯息的方式更为便捷,渠道更为通畅,信息量空前巨大。特别是近年来,各类养生、保健的知识、食品、药品宣传铺天盖地,相关书籍、网站、微信公众号层出不穷,在丰富健康资讯的同时,也给广大缺乏医疗专业知识背景的群众带来了选择和鉴别上的困惑,甚至某些时候产生了误导,从而影响了正确的健康选择。

为满足广大人民群众对医学科普和保健的需求,我们精选了当前人们普遍关心和发病率较高的常见病、多发病和一些健康问题,内容涵盖了循环、呼吸、消化、泌尿生殖、内分泌、肌肉骨骼、神经系统以及心理健康等,形成了这套“第二军医大学健康科普系列丛书”,以期为广大军民普及医疗保健知识,正确了解相关的疾病和健康问题,有效地选择防治方法和策略提供指导,为推进国人整体健康提供帮助。

为了使本套科普丛书可靠、可读、可用,我们在编写中注意把握住了以下几个方面:一是坚持科学性。书中所有内容均来自于医学专业书籍、期刊和真实的病例、案例,每个观点、论断都有

科学的数据或理论支撑。二是突出权威性。丛书汇集全校数十名长期在临床一线从事医教研工作的国内知名临床医学专家,充分利用学校几十年来形成的临床常见病、多发病防、诊、治方面的特色和优势,科学梳理、系统归纳,科普演绎,编撰成册。三是注重系统性。每种疾病和健康问题的描述均从“因”“防”“治”“养”四个方面加以展开,既保证系统性,又有所侧重,使广大读者知道病因、明确预防,了解治疗,学会保养,全面了解疾病防治策略。四是兼顾新颖性。虽然丛书介绍的均为常见病、多发病,但在具体编写中,注重增加国内外前沿动态和编写者原创性的研究成果和发现,力求将疾病最新的进展介绍给大家。五是提升可读性。在科学、专业、准确的同时,坚持做到语言通俗易懂、编排图文并茂、案例典型深刻,确保整书可读、易读、好读。六是确保实用性。本书坚持科普与保健相结合,做到在了解危险因素的基础上针对性预防,在知道疾病演变的前提下主动性保健,并将日常最简便经济、科学易行的方法介绍给大家,力求增强日常生活实践的可操作性。

中医自古就讲究“治未病”,在自己健康时注重卫生与养生,预防疾病。希望该套丛书能够为大家了解常见疾病、理解健康、学会自我保健提供帮助和指导,为大家的健康保驾护航。同时,该书也可作为医学生和各岗位医务工作者的参考书籍。

医学在发展,理念在更新,丛书内容中难免会存在缺漏与不足,我们恳请广大读者和医学专业人士提出批评、给予意见和建议,以便我们再版时改进和完善。最后,衷心感谢为该套丛书编写付出辛勤劳动的编委会成员、各位编写者、出版社编辑人员和组织协调的各位工作人员!

孙颖浩 毕明哲

眩晕/头晕是临床最常见的症状之一。据统计,因眩晕/头晕就医的患者占神经内科门诊的20%,30%的人一生中都会经历过眩晕发作;随着年龄增长,眩晕/头晕的发病率不断上升。出现眩晕/头晕发作时,患者常常会伴有站立不稳、不敢睁眼,以及恶心、呕吐、心慌、出汗等症状,患者会因为眩晕/头晕发作而担心、害怕,严重时可导致抑郁、焦虑等精神问题,严重影响患者的生活、工作与社交等,特别是老年患者可出现跌倒、骨折等意外。

但引起眩晕/头晕的病因繁多,涉及多个临床学科,不仅患者对临床常见的眩晕/头晕疾病十分陌生,即便是非专科的医师有时也不能准确识别各种眩晕疾病,因此产生了很多误区,其中最常见的一个误区是:很多人习惯将眩晕/头晕归因于“颈椎病”和“脑供血不足”。然而实际情况是“颈椎病”极少表现为眩晕,而“脑供血不足”的诊断已渐渐被学界废除。

那么临床最常见的眩晕/头晕疾病究竟有哪些呢?据统计,临床较为常见的眩晕/头晕疾病为良性阵发性位置性眩晕(耳石症)、前庭神经炎、精神源性头晕、偏头痛性眩晕、梅尼埃病、前庭阵发性、后循环脑卒中等;有时一些系统性疾病如贫血、高血压、糖尿病、眼屈光不正也可引起头晕不适,但这时常常没有真正的旋转感。以上这些眩晕/头晕疾病,如能及时给予正确诊断及适当的治疗,绝大部分患者的不适症状是可以有效缓解,甚至能够消除,并可通过积极的预防措施避免再次发作。

本书旨在向普通大众普及眩晕/头晕相关知识,对常见疾病的发病机制、临床特点、辅助检查、诊断及治疗方案进行有侧重的介绍,针对每一种疾病,阐述“因”,指明“防”,简谈“治”,注重“养”。书中罗列的问题,均为编者在多年临床工作中总结出的,患者最迫切想了解 and 专科医师最希望患者理解的问题。通过阅读此书,患者可以对眩晕/头晕疾病有一个全方位、多角度的了解。

最后,作为致力于眩晕/头晕规范化诊治的专科医师,我们坚信随着眩晕/头晕诊治知识的普及和推广,在医生和患者的精诚合作、共同努力下,眩晕/头晕患者的明天必将更加美好!

编 者

2016 年 9 月

一、总论	1
1. 什么是头晕,头晕和眩晕一样吗	1
2. 眩晕常见吗? 眩晕对身体有哪些影响	3
3. 眩晕疾病诊治现状如何	6
4. 眩晕产生的基础是什么	7
5. 什么是前庭系统? 前庭系统功能有哪些	8
6. 如何区分周围性眩晕与中枢性眩晕	9
7. 前庭系统的功能有什么独特之处	11
8. 眩晕疾病的特点有哪些	13
9. 什么是眼震	14
10. 前庭功能损伤后可以恢复吗	16
11. “眩晕六问”是什么	17
12. 颈椎片子/磁共振看到压迫,颈椎病真的和眩晕 有关吗	21
13. 脑血流图提示脑供血不足,是这个原因引起 眩晕吗	24
14. 颈动脉斑块、颈动脉狭窄会引起眩晕吗	26
15. 高血压会引起眩晕吗	27
16. 腔梗、脑萎缩是眩晕病因吗	28

17. 眩晕时要抽血化验吗	30
18. 睡眠异常、焦虑抑郁等精神因素和眩晕 有关吗	30
19. 药物为什么会引起头晕/眩晕? 哪些药物可能 引起眩晕	32
20. 常见引起眩晕的疾病有哪些	34
21. 眩晕患者平时需注意哪些事项	35
二、眩晕疾病体格检查	37
22. 晕时闭眼会舒服些,为什么医生检查时一定要 让我坚持睁眼	37
23. 针对眼睛的检查内容有哪些	38
24. 走路姿势能够告诉医生什么信息	43
25. 还有哪些检查对明确诊断有帮助	44
三、辅助检查	46
26. 在眩晕专病门诊,医生可能会为我开具哪些 检查	46
27. 我因为头晕来看病,医生为什么要让我检查 耳朵	47
28. 前庭功能检查包括哪些内容,做这些检查有 什么意义	48
29. 在接受前庭功能检查前需要做哪些准备	50
30. 哪些情况下不适合进行前庭功能检查	51
31. 什么是“半规管轻瘫”? 如何正确理解前庭 功能检查指标	51
32. 什么是前庭肌源诱发电位	53
33. 什么是视频甩头试验	54

34. 我的眼睛没有问题,医生为什么要安排我做 “眼底照相”	54
35. 我的头晕是“颈椎病”导致的吗	56
36. 在什么情况下,我需要做头颅 MRI 检查	58
37. 填写表格对明确诊断有什么帮助	59
 四、反复发作性眩晕疾病	61
 (一) 良性阵发性位置性眩晕 (BPPV)	61
38. 耳石是什么? 耳朵里怎么会有石头呢	61
39. 耳石怎么会掉出来	62
40. 耳石出来后怎么会引起眩晕	62
41. 每个半规管都有耳石吗	63
42. 医生怎么确诊耳石症	64
43. 耳石症的眩晕发作有哪些特点	66
44. 手法复位后眩晕症状缓解,是耳石消除了吗	68
45. 手法复位怎么做	68
46. 手法复位时及复位后要注意什么	73
47. 哪些人不能做手法复位	74
48. 为什么天旋地转的症状消失了,还是觉得 走路不稳	75
49. 复位治疗效果不理想时,该怎么办	75
50. 耳石症会复发吗,该怎么预防	77
51. 在家里时会发作,到医院发作消失了,耳石症 可以自己恢复吗	78
52. 除了耳石症,还有什么其他疾病可出现位置性 眩晕发作	78
53. 只在起床、行走时出现晕而躺下时不晕, 是耳石症吗	80

(二) 梅尼埃病 (MD)	81
54. 什么是梅尼埃病	81
55. 只有眩晕发作没有耳鸣、耳聋,是梅尼埃病吗	82
56. 梅尼埃病的临床表现有哪些	82
57. 有最新的梅尼埃病诊断标准吗	83
58. 眩晕和耳聋出现的时间间隔很久,是不是就没有 关联了	84
59. 为什么会突然跌倒	85
60. 耳朵里的积水,有办法看得到吗	85
61. 一个耳朵已经聋了,另一个耳朵也会聋吗	86
62. 有人说耳朵完全聋了就不晕了,对吗	87
63. 梅尼埃病患者平时要注意什么	87
64. 什么是梅尼埃病的阶梯治疗	88
65. 鼓室注射庆大霉素治疗效果如何, 有并发症吗	89
66. 梅尼埃病手术治疗有哪些,怎么选择	89
(三) 前庭性偏头痛 (VM)	90
67. 我为什么有的时候眩晕,有的时候头痛	90
68. 偏头痛是血管病吗	92
69. 头晕之前,为什么有时会看不见东西	93
70. 前庭性偏头痛的最新的诊断标准是什么	95
71. 晕车或者家人患有偏头痛,和前庭性偏头痛 有关吗	97
72. 前庭性偏头痛患者的头晕和头痛一定是同时 发生吗	99
73. 前庭性偏头痛怎么治疗	100
74. 怎样减少前庭性偏头痛的发作	102

(四) 前庭阵发性 (VP)	104
75. 我一转头就晕,我是“颈椎病”吗	104
76. 我为什么会得前庭阵发性	105
77. 前庭阵发性的临床特点是什么	106
78. 医生依靠什么方法发现我的血管压迫神经	107
79. 前庭阵发性都需要与哪些疾病相鉴别	110
80. 我没有癫痫,医生为什么让我吃抗癫痫药	111
81. 服用卡马西平有副作用吗? 我需要注意些什么	112
82. 什么是微血管减压术	113

五、单次发作眩晕疾病 115

(一) 前庭神经炎 (VN)	115
83. 首次发作的眩晕疾病常见的有哪些	115
84. 什么是前庭神经炎? 它有什么症状	115
85. 前庭神经为什么会“发炎”	116
86. 前庭神经炎有几种类型	117
87. 针对可能是前庭神经炎的患者,需要做哪些 检查来明确呢	118
88. 前庭神经炎该如何治疗	119
89. 前庭康复训练的目标是什么	121
90. 前庭神经炎能完全恢复吗	122
91. 前庭神经炎除了晕这一常见类型之外, 还会有其他类型吗	123
92. 突聋伴眩晕该怎么治疗	124
93. 前庭神经炎会复发吗	125

(二) 后循环缺血 (PCI)	126
94. 什么是后循环缺血	126

95. 后循环缺血就是脑供血不足吗	127
96. 后循环缺血的定义是什么	128
97. 哪些人容易患后循环缺血	128
98. 后循环缺血的主要病因是什么	129
99. 后循环缺血的临床表现是什么	130
100. 后循环缺血是否可以只有眩晕症状呢	131
101. 后循环缺血是否可能出现眩晕伴突聋的 症状呢	132
102. 若发生后循环缺血,医生会给予怎样的检查 来明确	133
103. 后循环缺血该怎么治疗	135
六、持续性头晕/不稳	137
104. 哪些疾病会引起持续性的头晕或者不稳感	137
105. 以晃动形式为主的头晕是怎么回事	138
106. 双侧前庭神经病的原因有哪些? 如何治疗	139
107. 一直持续的难以形容的昏昏沉沉感是 什么原因	140
108. 在家中不晕,一进超市就晕是怎么回事	142
七、其他眩晕疾病	144
109. 外伤后出现头晕有哪些原因	144
110. 晕车是怎么回事? 如何防治晕车	145
111. 一次旅行回来,怎么老是像坐船一样	146
112. 儿童和青少年出现的晕需要考虑哪些疾病	146
113. 老年人的头晕有什么特点	148
114. 什么是上半规管裂综合征	149

八、眩晕疾病的治疗 151

115. 眩晕发作时该怎么办？一定要到医院

输液吗 151

116. 眩晕疾病该如何治疗 152

117. 我觉得没有焦虑、抑郁，医生为何给我

开抗焦虑药 154

118. 头晕治疗效果不好是怎么回事 155

119. 前庭康复锻炼该怎么做 156

一、总论

1.

什么是头晕,头晕和眩晕一样吗

头晕是一组症状群,根据患者描述的感受的不同,将所有眩晕/头晕分为以下四种类型:

(1) 眩晕:是对空间定向障碍产生的一种运动错觉,是患者主观空间定向觉错误,是人与周围环境之间空间关系在大脑皮层的失真反应,患者最常描述为自身或外界环境出现旋转、翻滚样感觉,有时也可以描述为向一侧倾倒感觉。出现眩晕发作时患者常常伴有恶心、呕吐和步态不稳等症状。



(2) 头晕:也称为头昏,概念相对比较含糊,是四种类型中最无特异性的,不论对患者还是对医生来说都很难精确描述。患者常描述为头重脚轻、身体漂浮、行走摇晃、头昏脑涨、头昏沉沉、脑子不清晰、喝醉酒样或眼花模糊等。与眩晕最主要的区别是此时患者无自身或外界环境的