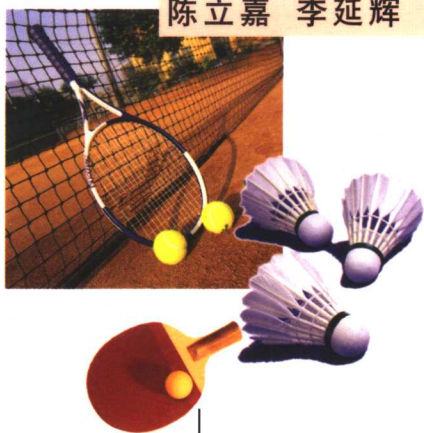


九九夕阳红系列丛书

LAONIANZHONGFENGYUFANG

老年中风预防

陈立嘉 李延辉 王风云 编 著



中共中央党校出版社

九九夕阳红系列丛书：

老年 中风预防

陈立嘉 李延辉 王风云 编著



中共中央党校出版社

· 北 京 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

老年中风预防/陈立嘉,李延辉,王风云编著. —北京:
中共中央党校出版社, 2006. 4
(九九夕阳红系列丛书)
ISBN 7-5035-3362-5

I. 老… II. ①陈…②李…③王 III. 老年人—中
风—预防 (卫生) IV. R743. 3

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2005) 第 143762 号

中共中央党校出版社出版发行

社址: 北京市海淀区大有庄 100 号

电话: (010) 62805800 (办公室) (010) 62805816 (发行部)

邮编: 100091 网址: www.dxcbs.net

新华书店经销

三河市南阳印刷有限公司印刷装订

2006 年 4 月第 1 版 2006 年 4 月第 1 次印刷

开本: 850 毫米×1168 毫米 1/32 印张: 6.75

字数: 173 千字 印数: 1—5000 册

定价: 12.00 元

责任编辑	楚双志
封面设计	翟永莲
版式设计	尉红民
责任校对	王巧艳
责任印制	宋二顺

《九九夕阳红》丛书编委会

总 主 编：	吴阶平	钱信忠		
执行主编：	卢祥之	赵宝华	张新建	李援朝
顾 问：	朱丽兰	于友先	许力以	周 谊
	吴咸中	郝希山	常志海	林 泉
	杨牧之	常振国	任玉岭	
编 委：	张三杰	董芳明	李书祯	余传隆
	周凯宁	赵建新	张金钟	侯军儒
	高志平	聂振强	孙毓敏	曾成钢
	李宏图	石 湾	刘 静	高 赛
	张金元	冯建华	方 瑛	汪国新
	韩颐和	晋小虎	马明方	张登科

前 言

我国老年社会的提前到来，使得全社会都对老年这一社会群体愈加重视。我们国家20年走过了英国80年的路，欧美、日澳的老龄社会是先富后老，我国是未富先老。在发展中国家，预期寿命已从50年代初的41岁增至1990年的62岁；到2020年，预计将达到70岁。当今发展中国家约有5.9亿老年人，再过25年此数目将增加一倍，达12亿。WHO发起全球“积极老龄化”，在人的整个一生中抓住机会和合理利用身体、社会和精神幸福的各种机会，以延长健康的预期寿命。

我国60岁以上为老年人，约1.3亿，占总人口的1/10，大城市，如北京、上海，老年比例约占总人口的13%。在现实生活中，同是花甲之人，身体却相差悬殊：有的身体健康，有的疾病缠身；有的暮气沉沉；有的老当益壮，有的未老先衰；有的壮心不已，有的万念俱灰。

《九九夕阳红》丛书的编撰宗旨，就在于推进积极老龄化、维护老年合法权益、普及党的老龄政策，宣传老年保障体系，促进老年生理、心理健康，陶冶老龄情操，增强老年修养。

为什么叫“九九夕阳红”丛书呢？“九九”，来源于三国时期的曹丕《九月九日与钟繇书》“岁往月来，忽复九月九日，九为阳数，而日月并应，俗嘉其名，以为宜于长久，故以享宴高会。”中国人将六视为阴数，九视为阳数，而九是数之极，“九九”又是阳数相重，“九九归一”，又与“久久”谐音，而



老年中风预防

“九天”、“九霄”借喻天之高远，暗喻人之寿长；民俗重阳登高，其“高”也为“高寿”的借喻；而“夕阳红”，既是宋代诗人陆游“雨霁山争出，泥干路渐通。稍从牛屋后，却这鹤巢东。决决沙沟水，翻翻麦野风。欲归还小立，为爱夕阳红”的诗句，又是老年人晚年生活与生命质量美好的借喻和祝愿。

主持编写工作的是中国出版工作者协会国际合作出版促进会研究中心、中国农工民主党中央文化工作委员会、国务院老龄委办公室。

参加编写工作的有国务院参事室、北京大学、中国人大、天津医科大学、天津政法学院、首都师大、天津师大等单位诸多的学者、专家，在本丛书即将出版之际，谨向这些参与的单位、个人表示崇高的敬意和感谢。

中国出版工作者协会国际合作出版促进会研究中心

中国农工民主党中央文化工作委员会

2005年9月12日



目 录

基 础 篇

1. 他们怎么了? (4)
2. 脑组织有哪些结构? (5)
3. 大脑半球由哪些结构构成? (6)
4. 蛛网膜下腔与硬膜下间隙在哪儿? (6)
5. 脑组织的结构与功能情况怎样? (6)
6. 什么是投射纤维? (7)
7. 什么是联合纤维? (7)
8. 什么是连合纤维? (8)
9. 两侧半球的功能情况是一样的吗? (8)
10. 大脑优势半球是怎么回事? (9)
11. 人脑的主要功能区域有哪些? (9)
12. 额叶在解剖上有哪些特点? (10)
13. 颞叶在解剖上有哪些特点? (11)
14. 顶叶在解剖上有哪些特点? (11)
15. 枕叶在解剖上有哪些特点? (12)

16. 丘脑在解剖上有哪些特点? (12)
17. 小脑在解剖上有哪些特点? (12)
18. 什么是脑室系统? (13)
19. 脑脊液是怎样循环的? (13)
20. 脑脊液有哪些功能? (13)
21. 什么是锥体系? (14)
22. 皮质脊髓束的作用有哪些? (14)
23. 皮质脑干束的作用有哪些? (15)
24. 内囊很重要吗? (15)
25. 什么是锥体外系? (15)
26. 小脑在运动中发挥什么样的作用? (15)
27. 脑干在哪儿? (16)
28. 脑干网状结构有什么作用? (16)
29. 脊髓中有哪些参与运动的重要结构? (17)
30. 神经如何支配肌肉发生运动? (17)
31. 疼痛和温度的感觉能否会影响运动? (17)
32. 本体感觉能否影响运动? (18)
33. 脑组织的血液供应有哪些特点? (18)
34. 有哪些血管负责向脑组织供应血液? (18)
35. 什么是颈内动脉系统? (19)
36. 什么是椎基底动脉系统? (19)
37. 什么是颅底动脉环? (19)
38. 什么是脑出血动脉? (19)
39. 为什么脑组织需要大量的血液供应? (20)
40. 机体如何自动调节脑血流量? (20)



41. 什么是血液流变学?	(21)
42. 什么是血液黏度?	(22)
43. 有哪些因素影响血液黏度?	(22)
44. 什么是红细胞聚集性?	(22)
45. 红细胞聚集性增强会有什么作用?	(22)
46. 什么是血脑屏障?	(22)
47. 血脑屏障的作用是什么?	(23)
48. 脑内有哪些缺乏血脑屏障的特殊区域?	(23)

中 风 篇

49. 什么是脑中风?	(24)
50. “脑中风”是怎么来的?	(24)
51. 为什么人脑对缺血缺氧敏感?	(25)
52. 目前国内的脑中风情况怎么样?	(26)
53. 急性脑中风的危险有多大?	(26)
54. 中风后的病程是怎样划分的?	(27)
55. 脑中风后会存在哪些功能障碍?	(28)
56. 脑中风后为什么会出现肢体活动不灵?	(28)
57. 为什么右侧大脑有病变却出现左侧肢体瘫痪?	(29)
58. 中风后瘫痪肢体为什么容易僵硬, 不易活动?	(29)
59. 两侧大脑半球病变各有什么特点?	(29)
60. 间脑病变有什么特点?	(30)
61. 为什么有些中风病人有偏身疼痛?	(30)
62. 小脑病变有什么特点?	(30)

- 63. 脑干病变有什么特点? (30)
- 64. 共济失调是怎么回事? (31)
- 65. 浅感觉障碍有哪些? (31)
- 66. 深感觉障碍有哪些? (31)
- 67. 皮层复合感觉障碍有哪些? (31)
- 68. 特殊感觉障碍有哪些? (32)
- 69. 什么是失语症? 有哪些表现形式? (32)
- 70. 运动性失语是怎么回事? (32)
- 71. 什么是经皮质运动性失语? (33)
- 72. 感觉性失语是怎么回事? (33)
- 73. 什么是经皮质感觉性失语? (33)
- 74. 命名性失语是怎么回事? (33)
- 75. 完全性失语是怎么回事? (34)
- 76. 什么是皮质下失语? (34)
- 77. 如何简单区别是哪一种失语? (34)
- 78. 什么是运动性构音障碍? (34)
- 79. 什么是吞咽障碍? (35)
- 80. 脑中风后常见哪些精神障碍? (35)
- 81. 脑中风后的肩关节半脱位是怎么回事? (35)
- 82. 肩手综合症是怎么回事? (36)
- 83. 脑中风后手脚为什么会肿胀? (37)
- 84. 深静脉血栓是怎么回事? (37)
- 85. 肌张力与肌痉挛是怎么回事? (38)
- 86. 足下垂、内翻是怎么回事? (39)
- 87. 什么是关节挛缩? (39)



88. 脑中风后会痴呆吗?	(39)
89. 脑中风后性格变化大吗?	(40)
90. 脑中风后的抑郁是怎么回事?	(41)
91. 脑中风后的焦虑是怎么回事?	(41)
92. 中风后病人的主要心理过程如何?	(41)
93. 中风后病人的心理过程中各期的表现特征如何?	(41)
94. 针对病人的心理分期特点有哪些治疗方法?	(44)
95. 脑中风有哪些形式?	(45)
96. 什么是出血性脑中风?	(45)
97. 高血压性脑出血是怎样发生的?	(45)
98. 出血破入脑室是怎么回事?	(46)
99. 高血压性脑出血的好发部位、好发年龄怎样?	(46)
100. 什么情况下容易发生脑出血?	(46)
101. 高血压脑出血能否预防?	(46)
102. 蛛网膜下腔出血是怎么回事?	(47)
103. 发生蛛网膜下腔出血的常见原因有哪些?	(47)
104. 蛛网膜下腔出血的好发年龄及发病情况怎样?	(48)
105. 脑血管痉挛是怎么回事?	(48)
106. 什么是缺血性脑中风?	(49)
107. 脑血栓形成是怎样发生的?	(50)
108. 脑栓塞是怎样发生的?	(50)
109. 什么是腔隙性脑梗死?	(51)
110. 什么是半暗带?	(51)
111. 半暗带的意义是什么?	(52)
112. 溶栓治疗的方式有哪些? 药物有哪些?	(52)

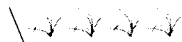


113. 什么是出血性脑梗死? (53)
114. 脑缺血后的再灌注损伤是怎么回事? (53)
115. 短暂脑缺血发作是怎么回事? (54)
116. 颈动脉系统短暂性脑缺血发作有哪些表现? (55)
117. 椎基底动脉系统短暂性脑缺血发作有哪些表现? (55)
118. 短暂性脑缺血发作的结局会怎么样? (55)
119. 椎基底动脉供血不足是怎么回事? (56)
120. 闭锁综合征是怎么回事? (56)
121. 脑水肿、颅高压、脑疝是怎么回事? (56)
122. 儿童会脑中风吗? (57)
123. 无症状性脑梗死是怎么回事? (57)
124. 是否有与脑中风相混淆的疾病? (58)
125. 是脑肿瘤还是脑中风? (58)
126. 是脑膜炎、脑炎还是脑中风? (59)
127. 慢性硬膜下血肿是怎么回事? (60)
128. 帕金森病与脑中风有哪些不同? (60)
129. 如何区别 Alzheimer (阿尔茨海默) 型痴呆与脑中风? (61)
130. 什么是危险因素? (61)
131. 脑中风的危险因素有哪些? (62)
132. 为什么说高血压是脑中风最大的独立危险因素? (62)
133. 高胆固醇血症导致的动脉硬化对发生脑中风的
影响大吗? (63)

134. 有糖尿病容易发生脑中风吗？	(64)
135. 心脏疾患会引起脑栓塞吗？	(65)
136. 什么是代谢综合征？	(65)
137. 代谢综合征与脑中风的的关系怎样？	(66)
138. 有肥胖或超重容易引起脑中风吗？	(66)
139. 血小板的聚集性增高是否容易发生脑中风？	(66)
140. 血液黏稠度增高容易形成脑血栓吗？	(67)
141. 夏季容易发生脑血栓形成吗？	(67)
142. 饮酒与脑中风的的关系如何？	(68)
143. 香烟是否会升高血液黏稠度？	(68)
144. 口服避孕药会使血小板聚集性升高吗？	(69)
145. 什么是高纤维蛋白原血症？	(69)
146. 高纤维蛋白原血症与脑中风的的关系如何？	(69)
147. 什么是 A 型性格？	(69)
148. 不良生活方式、A 型性格及过度疲劳与脑中风 是什么样的关系？	(70)
149. 年龄与脑中风的的关系怎样？	(71)
150. 性别与脑中风的的关系怎样？	(71)
151. 脑中风与遗传、种族的关系怎样？	(72)
152. 地理环境与脑中风的的关系如何？	(72)
153. 气候与中风的的关系如何？	(73)
154. 打呼噜是怎么回事？	(73)
155. 打呼噜是怎么形成的？	(74)
156. 打呼噜与脑中风有关系吗？	(74)

预 防 篇

157. 什么是脑中风的人群预防? (75)
158. 为什么要开展健康教育? (75)
159. 如何开展关于脑中风的健康教育? (76)
160. 有哪些不健康的生活方式? (76)
161. 什么是脑中风的个体预防? (76)
162. 什么是脑中风的一级预防? (77)
163. 什么是脑中风的二级预防? (77)
164. 什么是脑中风的三级预防? (77)
165. 哪些脑中风危险因素是可以调节和控制的? (77)
166. 什么是血压? (78)
167. 多高的血压是高血压? (78)
168. 什么是原发性高血压? (79)
169. 什么是继发性高血压? (79)
170. 高血压病会遗传吗? (79)
171. 测量血压有哪些方法? (79)
172. 如何才能测量好血压? (80)
173. 测量血压时要注意哪些影响测量准确性的
因素? (81)
174. 高血压的心血管危险性分层表示的是什
意思? (81)
175. 如何控制高血压? (82)
176. 为什么要控制盐分摄入? (83)



目 录

177. 为什么高血压患者要减轻及控制体重?	(84)
178. 为什么高血压患者要坚持每天测血压?	(85)
179. 什么是白大衣高血压?	(85)
180. 高血压患者怎样正确服用降压药?	(86)
181. 为什么高血压病人要重视视物改变?	(87)
182. 为什么高血压病人要对反复发生鼻出血予以重视?	(87)
183. 是不是血压低就不会引起脑中风了?	(87)
184. 什么是动脉粥样硬化?	(88)
185. 动脉粥样硬化的临床表现有哪些?	(88)
186. 动脉粥样硬化的病因是什么?	(89)
187. 怎样防止动脉粥样硬化?	(89)
188. 吃得太多也容易加速动脉硬化吗?	(91)
189. 为什么要从幼时起就要预防动脉粥样硬化?	(91)
190. 如何从幼儿时起预防动脉粥样硬化?	(92)
191. 什么是血脂异常?	(92)
192. 血脂异常会遗传吗?	(93)
193. 血脂异常与脑中风的关系如何?	(93)
194. 是不是胆固醇水平越低越好?	(94)
195. 血脂异常应该怎么办?	(94)
196. 血脂异常时如何改变生活方式?	(94)
197. 血脂异常时应采用怎样的饮食?	(95)
198. 血脂异常时何时采用药物治疗?	(95)
199. 血浆净化的办法可以消去脂类吗?	(95)
200. 基因治疗可以调脂吗?	(96)





老年中风预防

201. 什么是糖尿病? (96)
202. 怎样确诊糖尿病? (96)
203. 糖耐量异常是怎么回事? (97)
204. 口服葡萄糖耐量试验有什么意义? (97)
205. 1型糖尿病是怎么回事? (98)
206. 2型糖尿病是怎么回事? (98)
207. 什么是胰岛素抵抗? (99)
208. 哪些因素会导致胰岛素抵抗? (99)
209. 什么是代谢综合征? (99)
210. 糖尿病有哪些危害? (100)
211. 糖尿病与脑中风的关系如何? (100)
212. 糖尿病患者中风的特点有哪些? (101)
213. 患糖尿病的高危人群有哪些? (101)
214. 怎样测定血糖? (102)
215. 为什么糖尿病患者要进行血糖自我监测? (102)
216. 为什么要查糖化血红蛋白? (103)
217. 为什么要查糖化血浆蛋白? (103)
218. 为什么要查胰岛素抗体水平? (103)
219. 什么是糖尿? (103)
220. 什么是酮尿? (104)
221. 为什么要使餐后血糖达标? (104)
222. 2型糖尿病的血糖控制指标是多少? (104)
223. 糖尿病的治疗有哪些内容? (105)
224. 糖尿病患者的饮食应如何安排? (105)
225. 如何制定糖尿病患者的食谱? (106)

