

残疾预防丛书

彭珏云

中国残疾人联合会 编

偏瘫的预防及早期康复

华夏出版社

偏瘫的预防及早期康复

王 瑞 华

华 夏 出 版 社

图书在版编目(CIP)数据

偏瘫的预防及早期康复/王瑞华编著. - 北京:华夏出版社,1997.8.

(残疾预防丛书/邓朴方主编)

ISBN 7-5080-1374-3

I. 偏… II. 王… III. ①偏瘫-预防(卫生) ②偏瘫-康复 IV. R742.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(97)第 17383 号

华夏出版社出版发行

(北京东直门外香河园北里4号 邮编:100028)

新华书店经销

世界知识印刷厂印刷

787×1092 1/32 开本 2.5 印张 40 千字

1997年8月北京第1版 1999年3月北京第2次印刷

印数 10001-15000 册

定价:3.00 元

(本版图书凡印刷、装订错误,可及时向我社发行部调换)

《残疾预防丛书》编辑委员会

名誉主编	吴阶平
主 编	邓朴方
编 委	王陇德(卫生部)
	徐瑞新(民政部)
	李宏规(国家计生委)
	林用三(劳动部)
	顾英奇(中国红十字会)
	刘海荣(全国妇联)
	祝春林(公安部)
	王玉庆(国家环保局)
	王智钧(中国残联)
	陈仲武(中国康复医学会)
	卓大宏(中山医科大学)
	何凤生(中国预防医学科学院)

《残疾预防丛书》序

邓朴方

遗传、疾病、中毒、意外伤害和有害环境,不仅在一般意义上侵害着人们的健康,也是导致残疾的主要原因。我国每年新增加各类残疾人近百万,并呈上升趋势。因此,做好残疾预防工作,不仅有利于减少残疾发生,控制残疾发展,而且可以防止疾病,增进健康,是提高我国人口素质所面临的一项紧迫而艰巨的战略任务。

近年来,随着人民生活质量的普遍提高,国家更加重视残疾预防工作,并将其纳入《中国残疾人事业“九五”计划纲要》。预防残疾、增进健康是与每个人息息相关的大事。大家都应当了解预防残疾的有关科学知识、法律法规和方针政策,并且身体力行、广泛宣传,以营造一个有利于残疾预防的社会氛围。预防残疾的知识是人们在长期社会实践中总结出的宝贵经验,其中不少是用生命代价换取的,我们希望大家能更多地了解它,掌握它。

健康的生命对于每个人弥足珍贵,对民族的生存发展至关重要。我们希望这套丛书对推进我国的残疾预防事业,发挥应有的积极作用。

目 录

一、偏瘫和脑卒中的一般知识	(1)
1. 什么是偏瘫?	(1)
2. 两侧大脑半球的结构和功能有何不同?	(1)
3. 哪些血管供应大脑血液?	(2)
4. 哪些原因可以引起偏瘫?	(3)
5. 什么是脑卒中?	(4)
6. 偏瘫是大脑损伤时肢体麻痹的唯一形式吗? ...	(4)
7. 什么是高血压动脉硬化?	(4)
8. 什么是动脉粥样硬化?	(5)
9. 什么是缺血性脑卒中?	(5)
10. 什么是出血性脑卒中?	(6)
11. 发作性眩晕是怎么回事?	(6)
12. 一过性的半身麻木或无力需要治疗吗?	(6)
13. 什么叫腔隙性脑梗塞?	(7)
14. 腔隙梗塞需要治疗吗?	(8)
15. 脑卒中后为什么会出现半身疼痛?	(8)
16. 瘫痪下肢痉挛怎么办?	(8)
17. 脑卒中可以引起双目失明吗?	(9)

18. 脑卒中后出现尿失禁怎么办？	(10)
19. 脑卒中后便秘怎么办？	(11)
20. 脑卒中后为什么有人出现失语而有人不失语？	(11)
21. 什么叫失认？失认有哪几种类型？	(12)
22. 什么叫失用？失用有哪几种类型？	(13)
23. 脑卒中后会出现哪些精神症状？	(13)
24. 脑血管病可以引起痴呆吗？	(14)
25. 血管性痴呆有什么特点？	(14)
26. 什么是假性球麻痹？	(15)
27. 脑卒中并发癫痫怎么办？	(15)
28. 什么叫半暗带？	(16)
29. 什么叫时间窗？	(16)
30. 什么是脑疝？	(16)
31. 脑卒中为什么反复发生？	(17)
二、脑卒中的预防	(17)
32. 脑卒中可以预防吗？	(17)
33. 什么是缺血性脑卒中的三级预防？	(18)
34. 我国每年有多少人患脑卒中？	(18)
35. 脑卒中的致残率怎样？	(19)
36. 脑卒中发病有地区差别吗？	(19)
37. 脑卒中的危险因素有哪些？	(19)
38. 高血压与脑卒中发病有直接关系吗？	(20)
39. 长期血压高对哪些脏器有影响？	(21)

40. 血压正常了还需要服用降压药和测量血压吗？	(21)
41. 心脏病与脑卒中有相关性吗？	(22)
42. 什么是短暂性脑缺血发作？它与脑卒中的关系怎样？	(22)
43. 怎样诊断高血脂症？	(23)
44. 胆固醇增高能发生脑卒中吗？	(24)
45. 糖尿病能引起脑卒中吗？	(24)
46. 多吃食盐与脑卒中有关系吗？	(25)
47. 低钙与脑卒中有关系吗？	(25)
48. 肥胖与脑卒中有什么关系？	(25)
49. 吸烟、饮酒增加脑卒中的发病机会吗？	(26)
50. 脑卒中的发病与家族史有关系吗？	(26)
51. 什么是血液流变学？与脑卒中有何关系？	(26)
52. 什么叫人群干预？	(27)
53. 脑卒中发生前有哪些信号？	(28)
54. 定期体检有必要吗？	(28)
55. 怎样养成良好的饮食习惯以预防脑卒中？	(29)
56. 对脑卒中中进行人群干预能减少发病吗？	(29)
57. 中风能预报吗？	(30)
三、脑卒中的早期康复	(30)
58. 什么是康复医学？	(30)
59. 脑卒中为什么要早期康复？	(31)
60. 早期康复包括哪些内容？	(32)
61. 病人昏迷不醒可以进行早期康复吗？	(32)

62. 中风后的异常运动姿势是怎样的? (33)
63. 哪种姿势可以对抗中风后的异常姿势? (35)
64. 为预防中风后的异常姿势, 卧床期应当怎么办?
..... (35)
65. 中风的早期为什么要经常变换体位? (38)
66. 偏瘫病人怎样翻身? (38)
67. 哪些情况不能翻身或变换体位? (40)
68. 脑卒中发病后几天可以坐起来? (42)
69. 为什么要进行关节的被动运动? 怎样进行?
..... (43)
70. 脑卒中早期怎样在床上进行训练? (47)
71. 在床上哪种坐位姿势最好? (50)
72. 床头桌放在床的哪侧合适? (50)
73. 在椅子上哪种坐位姿势最好? (51)
74. 怎样帮助病人由床上坐起来? (53)
75. 怎样从椅子上站起来? (53)
76. 脑卒中后为什么要早期离床下地? (54)
77. 怎样训练坐位平衡? (56)
78. 怎样早期训练日常生活能力? (57)
79. 脑卒中早期不能进食怎么办? (60)
80. 脑卒中急性期容易发生哪些并发症? 怎样预防?
..... (61)
81. 怎样预防肩关节半脱位? (62)
82. 瘫痪上肢为什么会疼痛? 怎样预防和处理?
..... (63)

83. 脑卒中早期怎样预防骨折发生? (63)
84. 脑卒中早期容易出现哪些心理障碍? 怎样处理?
..... (64)
85. 中药、针灸可用于脑卒中的早期康复吗? (64)

一、偏瘫和脑卒中的一般知识

1. 什么是偏瘫？

偏瘫是大脑损伤引起的以一侧上、下肢的运动障碍为主的一组症状或一组体征，而非独立的疾病，主要表现为一侧上、下肢体的运动麻痹，可伴有偏身感觉障碍及腱反射的改变，依脑损伤部位的不同，可能出现失语、视野缺损等。

2. 两侧大脑半球的结构和功能有何不同？

人类的大脑分为左右两侧大脑半球，左半球也称主半球，有言语运动区，是控制言语运动的皮质中枢。每侧大脑半球又分为额、顶、颞、枕四个脑叶。

额叶占大脑半球表面的前 1/3，主司躯体运动。额叶损害可引起偏瘫、运动性失语、癫痫发作、人格改变以及排尿紧迫或尿失禁等。

顶叶位于额叶之后侧，中央后回为躯体感觉接受区。顶叶损害出现偏身感觉障碍，感觉性癫痫，肢体失认（不感觉到瘫痪肢体的存在）、结构失用（临摹画时钟、搭积木困难）、手指失认（不能辨别自己的手指）、失写、失计算等。

颞叶位于大脑半球外侧，有言语感觉区（对语言的理解），是控制言语感觉的皮质中枢。颞叶损害可出现感觉性失语

(不能理解他人语言)、精神症状、视野缺损等。

枕叶位于大脑半球后部,较其他脑叶为小,其功能单纯,司视觉,损害时引起视野缺损或视力障碍(见图 1)。

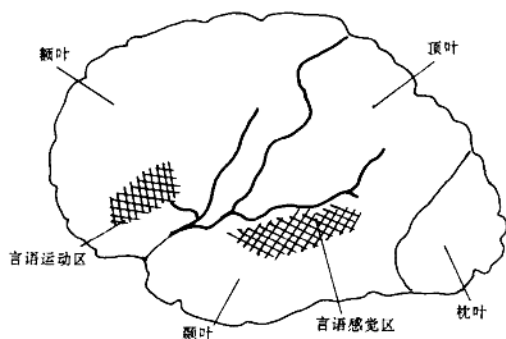


图 1 大脑结构示意图

3. 哪些血管供应大脑血液?

脑部的血液循环包括动脉系统和静脉系统,大脑动脉的血液经循环代谢后汇入静脉系统。现就动脉血液供应做简单介绍。

大脑动脉主要来自颈动脉和椎-基底动脉系统,颈动脉

供应大脑半球前 3/5 部分的血液,此系统主要为颈内动脉、大脑前动脉和大脑中动脉,大脑半球后 2/5 部分的血液供应来自椎-基底动脉系统。两侧大脑前动脉、大脑中动脉和大脑后动脉由前交通动脉和后交通动脉相衔接,在脑底部构成一个动脉环,称为脑底动脉环,使大脑各部得到均匀的血液供应,任何一侧的动脉狭窄或阻塞时,可通过此环或侧支循环供应血液(参见图 2)。

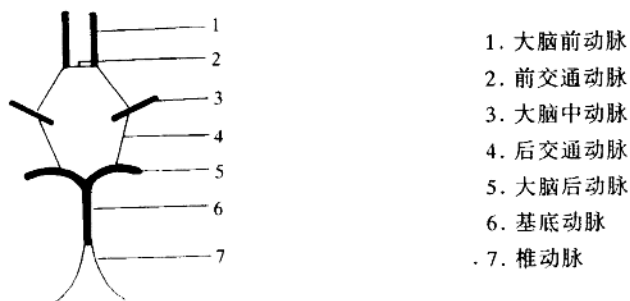


图 2 脑动脉与脑底动脉环示意图

4. 哪些原因可以引起偏瘫?

任何导致大脑损伤的原因都可引起偏瘫,脑血管病是引起偏瘫最常见的原因。颅脑外伤、脑血管畸形、脑动脉瘤、脑肿瘤、脑内感染、脑变性病及脱髓鞘病均可出现偏瘫。本书将以脑血管病为主介绍偏瘫的预防和早期康复。

5. 什么是脑卒中?

祖国医学称急性脑血管病为脑卒中或中风,突然发生的大脑血液供应障碍(缺血或出血)导致患者出现意识障碍、偏瘫、口眼歪斜、抽搐、失语等称为脑卒中。近年来随着康复医学及神经-心理学的发展,脑卒中引起的高级脑功能障碍受到特别关注,如记忆力障碍、失语、失认、失用等。

6. 偏瘫是大脑损伤时肢体麻痹的唯一形式吗?

偏瘫是大脑损伤时肢体麻痹的最常见形式,但不是唯一形式,由于脑损伤部位不同,涉及血管不同,除偏瘫外,可以出现单个肢体麻痹(单瘫),双侧偏瘫,交叉性瘫痪,颅神经麻痹等。另外,偏瘫时上下肢瘫痪程度可以一致,也可能上肢重、下肢轻,或上肢轻、下肢重。

7. 什么是高血压动脉硬化?

高血压所致小动脉持久性收缩,造成小动脉内皮下纤维玻璃样变性而使动脉内膜增厚,称为高血压小动脉硬化。小动脉内膜破坏可形成小动脉瘤。若高血压合并糖尿病、高血脂症,小动脉内膜可呈节段性脂质沉积,形成脂质性玻璃样变性,也可引起小动脉硬化。小动脉硬化后形成的小动脉瘤是脑出血的主要原因,在较大动脉处形成的梭形动脉瘤是蛛网

膜下腔出血的常见原因,小动脉玻璃样变性或脂质变性是多发性腔隙梗塞的重要原因。

8. 什么是动脉粥样硬化?

动脉粥样硬化是动脉硬化的常见而重要的类型,多见于较大动脉起始部、分叉部和脑底动脉环,病理改变为:动脉内膜呈斑片状增生,变得粗糙,血管内皮脱落,内弹力膜损伤,纤维蛋白和血小板聚集沉积,纤维增生、钙化,导致血管壁增厚、管腔狭窄。

动脉粥样硬化引起的后果为脑供血不足、血栓性脑梗塞或栓塞性脑梗塞。若在较大、中动脉处形成梭形动脉瘤,破裂出血可危及生命。

9. 什么是缺血性脑卒中?

缺血性脑卒中即为广义的脑梗塞,是指突然发生的脑组织局部供血动脉血流灌注减少或血流完全中断,停止供血、供氧、供糖等,使该局部脑组织崩解破坏。缺血性脑卒中的主要原因为:①动脉粥样硬化所致血栓栓塞;②心脏来源的栓子所致脑栓塞;③各种原因引起的血管炎、血管损伤以及外伤等。

缺血性脑卒中一般在夜间睡眠中发病,常为次晨起床时发现肢体无力或偏瘫,多无意识障碍,血压可正常或偏高,可有动脉硬化史。

10. 什么是出血性脑卒中?

出血性脑卒中即为脑出血,突然发生的脑组织局部供血动脉的破裂,使该部大脑供血、供氧中断,致使脑组织坏死。脑内出血的主要原因为高血压动脉硬化(约占 70~80%),其次为脑内血管畸形、血液病、肿瘤等。

出血性脑卒中一般在白天工作中发病或由某些诱因如过劳、情绪激动等引起,发病突然,旋即出现偏瘫,多有意识障碍,有高血压史,且发病时血压一般均较高。

11. 发作性眩晕是怎么回事?

中、老年人突然发生眩晕,首先应该想到椎-基底动脉供血不足。眩晕的特点为自身不稳或感觉周围环境不稳,并常伴有一侧或双侧耳鸣、面部麻木、言语含混不清、视物成双、半身麻木或无力以及短暂性完全遗忘、记忆障碍等。以上症状均较轻微,短时间内减轻或消失,有些人将眩晕、耳鸣轻易诊断为美尼尔氏病,可能延误了椎-基底动脉供血不足的诊断、治疗时机。因此,遇有上述情况要抓紧时间去医院诊断、治疗。

12. 一过性的半身麻木或无力需要治疗吗?

一过性的半身麻木、不完全的偏瘫或某个肢体的无力是颈内动脉系统供血不足的表现,或称为短暂性脑缺血发作,除有以上症状外,尚可出现半身感觉障碍、失语、失读、失写、一

侧视力障碍等。短暂性脑缺血发作好发年龄为 40~50 岁,男性多于女性,每天可发作数次至数十次不等,每次发作持续时间为 5~20 分钟,少数病人仅数秒钟可缓解。有些病人发作后不遗留任何神经功能缺损的症状,多数病例反复发作后症状逐渐加重,若不及时治疗,可能发展成完全性脑卒中,其后果是严重的。中、老年人或有高血压、高血脂、心脏病、糖尿病患者出现以上情况应及时去医院就诊。

13. 什么叫腔隙性脑梗塞?

腔隙性梗塞是位于脑深部的一组很小的梗塞病灶,梗塞灶直径为 5~15mm。由于过去诊断方法所限,难于在临床上确诊,近年来 CT 及 MRI(磁共振成像)的广泛应用,更小的腔隙也可一目了然,分辨率高的 MRI 诊断率可达 100%。病灶数目可由数个至数十个不等。腔隙梗塞的发病基础为:小动脉在高血压的长期作用下发生脂质透明变性。有人报道,90% 的脑腔隙梗塞病例伴有高血压动脉硬化。

腔隙梗塞的临床表现与病灶部位有关,有多种综合征,常见的几种如下:

- (1)单纯运动性偏瘫。
- (2)单纯感觉性卒中。
- (3)共济失调性轻偏瘫。
- (4)构音障碍-手笨拙综合征。
- (5)偏瘫伴运动性失语。
- (6)感觉、运动性卒中。