

中老年常见病释疑

■ 张银凤 主编



ZHONGLAONIAN
CHANGJIANBINGSHIYI



山东大学出版社
Shandong University Press

中老年常见疾病释疑

张银凤 主编

山东大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中老年常见疾病释疑/张银凤主编. 济南:山东大学出版社,
2004.5

ISBN 7-5607-2768-9

I. 中...

II. 张...

III. 常见病-防治

IV. R4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 036080 号

山东大学出版社出版

(山东省济南市山大南路 27 号 邮政编码:250100)

山东省新华书店经销

山东滨州明天印务有限公司印刷

850×1168 毫米 1/32 9.625 印张 247 千字

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

印数:1—3000 册

定价:19.80 元

版权所有,盗印必究

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社营销部负责调换

《中老年常见疾病释疑》

编 委 会

主 编	张银凤			
副主编	李寿枝	王云芝	俎玉焕	郭秀英
编 委	(按姓氏笔画排列)			
	刁万祥	王云芝	孙慧静	劳方元
	李兰英	李寿枝	李 敏	张成杰
	张银凤	赵金奎	俎玉焕	郭秀英

前 言



随着社会经济的发展,医疗保健事业的进步,人民生活水平的不断改善和提高,我国人均期望寿命不断延长。目前,威胁人类生命的三大“敌人”是心血管疾病、脑血管疾病和恶性肿瘤。为了给广大群众,特别是中老年人提供防治心脑血管等疾病的基本知识,我们特约有多年临床经验的专家、教授编写了《中老年常见疾病释疑》一书。本书采用通俗的语言,以问答的形式,全面、扼要地介绍了高血压、低血压、动脉硬化、脑血管病、冠心病、糖尿病、肥胖症等常见病的自我诊断方法与防治措施。

本书适用于中老年人,也可作为学生、基层医护人员的参考书。

由于书成仓促,加上我们的水平有限,重复和不妥之处在所难免,恳求广大读者批评指正。

编 者

2003 年 6 月

目 录



高 血 压

什么是血压?	(1)
血压是怎样形成的?	(1)
什么是收缩压?	(1)
什么是舒张压?	(1)
什么是脉压?	(2)
正常成人的血压值是多少?	(2)
正常血压是怎样波动的?	(2)
影响血压的基本因素有哪些?	(3)
血压为什么能保持在一定水平?	(4)
何谓基础血压、偶测血压及动态血压?	(6)
偶测血压的临床意义如何?	(6)
动脉血压的改变会出现什么结果?	(7)
测血压应注意哪些事项?	(7)
在家自测血压应注意什么?	(8)
血压计应如何使用与保养?	(9)
目前我国采用什么血压标准? 具体内容有哪些?	(9)



高血压按病因可分几类？	(10)
高血压病一般的诊断程序如何？	(10)
在日常生活中影响血压升高的因素有哪些？	(11)
性别和年龄对血压有何影响？	(11)
季节、地区对血压有何影响？	(12)
哪些职业和环境易使人患高血压？	(12)
高血压患者在什么情况下易发生动脉粥样硬化？	(12)
何为医源性高血压？	(13)
什么是假性高血压？	(13)
高血压应避免哪些危险因素？	(13)
高血压有哪些临床表现？	(14)
高血压病分为几期？	(14)
什么是老年人高血压？	(15)
老年人高血压的发病机制是什么？	(15)
老年人高血压有何特点？	(16)
老年性高血压对心脏有何影响？	(17)
高血压病常见的死因有哪些？	(17)
高血压对血管有何影响？	(17)
什么是收缩期高血压？ 常见的原因有哪些？	(18)
什么是单纯舒张期高血压？ 常见的原因有哪些？	(18)
什么是高血压危象？	(18)
什么是高血压脑病？	(19)
高血压脑病与颅内占位性病变有何区别？	(19)
什么叫恶性高血压？	(19)
嗜铬细胞瘤导致的高血压有何临床特征？	(20)
出现哪些特征时应怀疑为嗜铬细胞瘤导致的高血压？ ..	(20)
肾性高血压的诊断要点是什么？	(21)
高血压有哪些危险因素？	(21)



高血压患者需要做哪些检查？为什么？	(23)
影响高血压预后的因素有哪些？	(24)
高血压有家族倾向吗？	(25)
高血压病的家族性发病倾向是否能改变？	(25)
脑中风与高血压类型有何关系？	(25)
食盐对高血压有何影响？	(26)
低钾饮食对血压有何影响？	(26)
低钙饮食对血压有何影响？	(26)
蛋白质、氨基酸与血压有何关系？	(27)
动物蛋白质能降低血压，是否摄入越多越好呢？	(27)
微量元素对血压有何影响？	(27)
心理、社会因素对血压有何影响？	(28)
鼻黏膜、结合膜出血与高血压有何关系？	(28)
吸烟对血压有何影响？	(28)
何谓高血压病的一级预防？	(29)
高血压患者如何调节自己的工作和日常生活？	(29)
高血压患者怎样调节自己的饮食？	(30)
哪些高血压不需要药物治疗？	(31)
哪些高血压患者需要药物治疗？	(32)
选择降压药的原则是什么？	(32)
高血压患者药物治疗有哪些规定？	(33)
为什么高血压病要早发现早治疗？	(34)
高血压患者如何坚持长期治疗？	(34)
给老年人用药应做到哪几点？	(34)
肥胖症患者如何降低血压？	(35)
药物使血压降到什么程度最理想？	(35)
降压治疗对心、脑血管有何影响？	(36)
高血压伴糖尿病如何治疗？	(36)



高血压伴肾功能衰竭如何治疗？	(36)
高血压伴左室肥大如何用药？	(37)
为什么不能随便停用降压药？	(37)
停药综合征有哪些表现？	(37)
停药综合征的发生与什么因素有关？	(37)
降压效果不好与什么因素有关？	(38)
高血压的非药物治疗包括哪些？	(38)
行为疗法对血压有何影响？	(40)
高血压能促进动脉硬化的形成吗？	(40)
高血压患者为什么要戒酒？	(41)
高血压病的预后如何？	(41)
高血压患者治疗的目标是什么？	(41)
高血压病在人群中的患病率和发展趋势如何？	(42)
高血压病对人的健康和寿命有何损害？	(43)
高血压的防治为什么要从儿童时期开始？	(43)
为什么说经常坚持体力活动可预防和控制高血压？	(43)
何时服用降压药物较佳？	(44)
为何不定在晚饭后或睡前服药？	(44)
常见的有降压作用或能缓解高血压症状的食物有 哪些？	(45)

低 血 压

什么是低血压？	(46)
低血压分为几类？	(46)
什么是原发性低血压？	(47)
为什么会发生体位性低血压？	(48)
直立性低血压的病理生理有何变化？	(48)



体位性低血压常在什么时间发生？	(49)
为什么会发生排尿性低血压？	(49)
什么是饭后低血压？老年人饭后低血压与什么因素 有关？	(49)
哪些药物易引起低血压？	(50)
高血压为什么会合并直立性低血压？	(51)
老年人低血压如何防治？	(51)

动脉硬化

什么是动脉？	(54)
动脉壁的作用是什么？	(54)
什么是动脉粥样硬化？	(54)
动脉硬化是怎样形成的？	(54)
动脉硬化主要发生在什么部位？	(56)
动脉硬化有何危害？	(56)
吸烟对动脉硬化有何影响？	(56)
动脉硬化与人的性格有什么关系？	(56)
病毒在动脉硬化形成中是否起作用？	(57)
动脉硬化有哪些体表特征？	(57)
营养脑组织的血管有哪些？	(58)
何谓脑动脉硬化？	(58)
脑动脉硬化时脑组织有哪些病理改变？	(59)
脑动脉硬化的易患因素有哪些？	(59)
脑动脉硬化的临床表现有哪些？	(60)
确诊脑动脉硬化应具备哪些条件？	(61)
脑动脉硬化症应与哪些疾病鉴别？	(62)
怎样防治脑动脉硬化？	(62)



动脉硬化患者的饮食原则及注意事项有哪些? (63)

脑血管疾病

什么叫脑血管病? 最常见的病因有哪些? (65)

脑血管疾病分几类? (65)

哪些人易患脑血管疾病? (66)

哪些因素易引起脑血管疾病发作? (66)

发生脑血管疾病的预兆有哪些? (67)

对于有脑血管疾病危险因素的人应如何处理? (67)

脑血管疾病患者昏迷时如何判断有无瘫痪体征? (68)

脑血管疾病患者为什么出现睡眠倒错? (68)

患急性脑血管疾病后发热常见于哪些原因? (69)

急性脑血管病患者病变在优势大脑半球内囊部时为什么会
出现运动性失语? (70)

区别出血性脑血管疾病和缺血性脑血管疾病的要点
是什么? (70)

如何确定急性脑血管病患者送院时机? 注意事项
有哪些? (70)

什么是CT? CT对脑血管疾病的诊断有何重要
意义? (71)

治疗脑血管病应持什么样的态度? (71)

脑血管疾病患者恢复期的主要护理措施有哪些? (72)

脑血管疾病患者恢复期移入家庭康复有何好处, 应如何
进行? (72)

什么叫脑出血? 导致脑出血的常见原因有哪些? (73)

脑出血的临床表现类型有哪些? (74)

脑出血患者病情危重的指标有哪些? (76)



脑出血患者为什么会产生胃肠道出血?	(76)
脑出血患者出现哪些特征提示并发脑疝?	(76)
高血压患者出现哪些征象提示发生了脑出血?	(77)
高血压患者应如何预防脑出血?	(77)
脑出血患者在何种情况下不能搬动和送医院治疗?	(78)
脑出血急性期死亡的主要原因是什么,应如何防治?	(78)
若发现脑出血患者,应如何紧急处理?	(78)
高血压性脑出血患者的降压应注意什么?	(79)
脑出血患者急性期的主要护理措施有哪些?	(79)
何为蛛网膜下腔出血,其病因有哪些?	(80)
蛛网膜下腔出血有何临床特点?	(80)
老年人蛛网膜下腔出血有哪些特点?	(80)
蛛网膜下腔出血患者为什么易复发?	(81)
如何预防蛛网膜下腔再出血?	(81)
高血压性脑出血与蛛网膜下腔出血应如何鉴别?	(81)
什么叫短暂脑缺血发作? 它是如何发生的?	(82)
短暂脑缺血发作有何临床表现?	(83)
短暂脑缺血发作与脑血栓形成有什么关系? 如何防治	
短暂脑缺血发作?	(84)
什么叫脑血栓? 脑血栓形成的病因有哪些?	(84)
脑血栓形成的临床表现有哪些?	(85)
脑血栓形成的诊断标准是什么?	(86)
什么是脑栓塞? 它由哪些原因引起?	(87)
导致脑栓塞的危险因素有哪些?	(88)
什么叫腔隙性脑梗塞?	(90)



冠状动脉粥样硬化性心脏病

为什么把心脏比作泵？	(91)
心脏结构有哪些特点？	(91)
营养心脏的血管有哪些？	(92)
为什么供应心脏的血管叫冠状动脉？	(93)
什么叫冠状动脉粥样硬化性心脏病(简称冠心病)？ 它分几种类型？	(93)
冠状动脉粥样硬化是怎样发生、发展的？	(94)
冠心病的易患因素有哪些？	(95)
为什么冠状动脉较其他动脉更易发生粥样硬化？	(97)
冠心病的诊断标准是什么？	(98)
为什么诊断女性冠心病应采取慎重态度？	(98)
为什么冠心病患者在活动时易产生心绞痛？	(99)
什么是心绞痛？它分为几类？	(99)
有心绞痛是否都是冠心病？	(101)
左胸前区痛就一定是心绞痛吗？	(101)
为什么心绞痛发生在胸骨后、左臂及尺侧呢？	(102)
典型心绞痛发作有何特点？	(103)
不典型心绞痛发作有何特点？	(103)
出现什么情况多不是心绞痛？	(103)
老年人心绞痛有哪些特点？	(104)
在家中遇到心绞痛发作应采取什么急救措施？	(104)
心绞痛患者是否都要卧床休息治疗？心绞痛缓解期应 注意什么？	(104)
变异型心绞痛为什么易在夜间及清晨发生？	(105)
心绞痛可能发展为心肌梗塞的预兆是什么？	(106)



什么叫心肌梗塞？其典型的临床表现有哪些？	(106)
心肌梗塞与心绞痛怎样鉴别？	(107)
心肌梗塞与主动脉夹层瘤怎样鉴别？	(107)
急性心肌梗塞前有预兆吗？	(108)
急性心肌梗塞康复中的危险分组指标如何？	(109)
不典型心肌梗塞有哪些类型？	(110)
为什么有些心肌梗塞患者无心前区或胸骨后疼 痛呢？	(110)
为什么有些心肌梗死患者始终无心肌梗死心电图 改变？	(111)
临床上心电图出现异常 Q 波都是心肌梗塞吗？它常见于 哪些疾病？	(112)
如何在心电图上判断在原有心肌梗塞的基础上又发生了 新的梗塞？	(114)
为什么急性心肌梗塞患者会出现腹痛？	(114)
老年人急性心肌梗塞的临床表现有何特点？	(114)
右心室心肌梗塞有何临床表现？	(116)
心房会发生梗塞吗？其心电图有何表现？	(116)
急性心肌梗塞后有哪些并发症？	(116)
什么叫猝死？最常见的原因有哪些？	(118)
诱发冠心病患者猝死的常见因素有哪些？	(118)
冠心病的危险信号有哪些？	(119)
如何判断心脏骤停？	(119)
急性心肌梗塞后致命的主要原因是什么？应如何紧急 处理？	(120)
什么叫溶栓疗法？其在急性心肌梗塞治疗中的地位 如何？	(121)
溶栓在治疗急性心肌梗塞时的适应证与禁忌证	



有哪些?	(121)
怎样进行急性心肌梗塞的溶栓疗法?	(122)
心肌梗塞溶栓治疗时应监测哪些生化指标?	(122)
心肌梗塞经治疗血栓溶解血管再通后还会闭塞吗? 其 主要原因是什么?	(123)
溶栓治疗后判断血管再通的指标是什么?	(123)
心脏性猝死可以预防吗?	(124)
在医院外发生心肌梗塞应如何处理?	(124)
急性心肌梗塞患者何时可向医院转送?	(125)
怎样把握急性心肌梗塞患者的活动量?	(126)
冠心病患者怎样选择急救盒?	(127)
冠心病患者怎样搭配饮食更合理?	(127)
冠心病患者运动有何益处? 运动方式有哪些?	(129)
冠心病患者在运动时如何把握好适度?	(130)
冠心病患者在运动锻炼时应注意什么?	(130)
冠心病患者在哪些情况下不能进行运动锻炼?	(131)
冠心病患者怎样做到生活有规律?	(132)
冠心病患者如何做好自我监测? 有何意义?	(133)
冠心病患者为何要戒烟? 是否也需要戒酒、戒茶?	(134)
心绞痛及心肌梗塞后的病人还可以过性生活吗?	(135)
为什么冠心病患者半夜要少起床?	(135)
冠心病患者为什么不易饱餐?	(136)
冠心病患者睡眠时应注意什么?	(136)
为什么冠心病患者睡眠姿势宜取右侧卧位?	(136)
冠心病患者为什么应多吃鱼?	(137)
为什么铜能预防冠心病?	(137)
冠心病患者能乘坐飞机吗?	(137)
冠心病患者能旅行吗?	(137)



冠心病患者旅行前应做哪些准备工作?	(138)
冠心病患者家属应做些什么?	(138)
冠心病患者如何判断心功能?	(139)
动脉粥样硬化能否消退? 其是否一定导致心肌 缺血?	(140)
心肌梗塞的发病有时间规律吗?	(140)
冠心病猝死预测的结果如何?	(141)
冠状动脉硬化狭窄程度如何划分? 其狭窄程度与临床 症状成正比吗?	(141)
某些心肌缺血患者为何不伴有疼痛?	(142)
性别、年龄、性格、环境与冠心病发病有何关系?	(142)
何谓动态心电图? 其有何特点与局限性?	(143)
哪些人需做动态心电图?	(143)
无症状心肌缺血对寿命有何影响?	(144)
何谓心肌梗塞的一级预防?	(145)
何谓心肌梗塞的二级预防?	(145)
不宜进行康复活动和应停止活动的指征是什么?	(145)
发生急性心肌梗塞的病人能否自救?	(146)
心肌梗塞饮食防治的原则有哪些?	(146)
心肌梗塞患者宜喝咖啡吗?	(147)
心肌梗塞患者宜饮茶吗?	(147)
心肌梗塞患者急性期、恢复期怎样搭配饮食?	(148)

糖尿病

什么是糖尿病?	(149)
糖尿病是怎样发生的?	(149)
出现哪些情况应怀疑患有糖尿病?	(150)



世界各国糖尿病发病情况如何？	(151)
我国糖尿病发病情况如何？	(151)
哪些人易患糖尿病？	(152)
糖尿病遗传吗？	(154)
为什么说肥胖易患糖尿病？	(154)
糖尿病的危害如何？	(155)
患了糖尿病后寿命就会缩短吗？	(155)
导致糖尿病患者死亡的主要原因是什么？	(156)
什么叫血糖？血糖的来源和去路有哪些？	(157)
正常人每天血糖有什么变化？	(157)
糖尿病有哪些临床表现？	(158)
糖尿病的发病形式及表现如何？	(159)
胰岛素依赖型糖尿病有什么特点？	(160)
非胰岛素依赖型糖尿病有什么特点？	(160)
糖尿病有哪些并发症？	(161)
诊断糖尿病需要做哪些检查？	(162)
世界卫生组织诊断糖尿病的标准是什么？	(163)
糖尿病是如何分型的？	(163)
有多饮、多尿的症状就一定是糖尿病吗？	(164)
尿糖阳性就一定是糖尿病吗？	(165)
空腹血糖正常或低于正常标准可以完全排除 糖尿病吗？	(166)
空腹血糖高于正常标准可以确诊为糖尿病吗？	(166)
什么是肾性糖尿？	(166)
什么是假性糖尿？	(167)
什么叫肾糖阈？	(167)
什么是葡萄糖耐量？	(167)
口服葡萄糖耐量试验的适应证是什么？	(168)