



中风防治200问

ZHONGFENG FANGZHI 200 WEN



金盾出版社

3-49

1
K 243-49
SY

中风防治200问

孙 怡 陈 艳
陈士奎 王国忠 编 著



A0048820

金 盾 出 版 社

(京)新登字 129 号

内 容 提 要

本书采用问答形式,系统地介绍了中风的病因病理、诱因先兆、诊断治疗、护理康复、预防预测等方面的知识,着重介绍了中医药防治中风的方法措施。内容丰富,简明实用,适合患者及基层医护人员阅读参考。

中 风 防 治 200 问

孙 怡等编著

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:8214039 8218137

传真:8214032 电挂:0234

三二〇九工厂印刷

各地新华书店经销

开本:32 印张:6.5 字数:144 千字

1992 年 11 月第 1 版 1992 年 11 月第 1 次印刷

印数:1-31000 册 定价:3.70 元

ISBN 7-80022-524-0/R·96

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)

作者通信处:孙怡 北京西苑医院神经科

邮编:100091

目 录

一、中风的基本知识

1. 什么叫中风? (1)
2. 中风分几类? 包括哪些病? (2)
3. 什么叫短暂性脑缺血发作? (2)
4. 为什么说小中风是中风的危险信号? (3)
5. 什么叫脑血栓? 脑血栓是怎样形成的? (4)
6. 脑血栓的临床表现特点有哪些? (4)
7. 什么叫脑栓塞? 引起脑栓塞的常见栓子有哪些?
..... (5)
8. 脑血栓与脑栓塞有何不同? (6)
9. 什么叫脑梗塞? (7)
10. 什么叫腔隙脑梗塞? (8)
11. 什么是脑血管病性痴呆? (9)
12. 什么叫脑出血? 脑出血的临床表现都一样吗?
..... (10)
13. 什么叫内囊? 与脑出血有何重要关系? (11)

14. 什么是中风“三偏”症状？	(13)
15. 高血压患者为什么易发生脑出血？	(14)
16. 脑出血与脑血栓有什么区别？	(15)
17. 什么叫蛛网膜下腔出血？	(16)
18. 中风急性期常见哪些并发症？	(17)
19. 什么叫脑疝？	(18)
20. 脑血管的分布与中风病的关系如何？	(19)
21. 中风能复发吗？	(22)
22. 哪些人容易发生中风？	(23)
23. 年轻人能患中风吗？	(24)
24. 儿童会不会患中风病？	(25)
25. 为什么说中风是威胁人类健康的常见病？	(26)
26. 我国中风病发病情况如何？	(28)
27. 世界各地中风的发病情况如何？	(29)
28. 中风发病情况有哪些新特点？	(31)

二、中风的病因和诱因

29. 引起中风的主要原因是什么？	(33)
30. 缺血性中风的危险因素有哪些？	(34)
31. 出血性中风的危险因素有哪些？	(35)
32. 小中风的病因是什么？	(36)
33. 为什么说高血压是引起中风的主要危险因素？	

.....	(37)
34. 为什么血压过低也能引起中风?	(38)
35. 血压不高的人就不发生中风吗?	(39)
36. 为什么脑动脉硬化也是引起中风的重要因素?	(39)
37. 心脏病患者为什么容易发生中风?	(40)
38. 糖尿病患者为什么容易发生中风?	(41)
39. 颈椎病患者为什么能发生中风?	(42)
40. 高脂血症患者易发生中风吗?	(42)
41. 吃盐多的人易发生中风吗?	(43)
42. 蛋白质与中风有何关系?	(44)
43. 肥胖与中风有关吗?	(45)
44. 瘦人不易患中风的说法对吗?	(45)
45. 吸烟、饮酒与中风有何关系?	(46)
46. 年龄与中风有关吗?	(46)
47. 性别与中风有何关系?	(47)
48. 口服避孕药会发生中风吗?	(48)
49. 中风能否遗传?	(48)
50. 哪些因素易诱发中风?	(49)
51. 为什么气候变化能诱发中风?	(50)
52. 为什么不良情绪能诱发中风?	(50)
53. 为什么用力过猛能诱发中风?	(51)
54. 为什么过劳会诱发中风?	(52)
55. 为什么体位突然变化会发生中风?	(53)
56. 用脑不当能促发中风吗?	(53)

57. 性格与中风有何关系? (54)
58. 中风与生活环境有关吗? (55)

三、中风先兆和症状体征

59. 什么叫中风先兆? (57)
60. 中风有哪些先兆征象? (58)
61. 中医对中风先兆有哪些论述? (59)
62. 为什么突然眩晕、呕吐、站立不稳是中风先兆?
..... (60)
63. 为什么血压忽高忽低要当心中风? (61)
64. 为什么突然头痛加剧或头痛伴发呕吐可能是中
风先兆? (62)
65. 为什么肢体发麻也要当心中风? (63)
66. 鼻出血(鼻衄)是中风先兆吗? (64)
67. 眼底出血也是中风先兆吗? (65)
68. 血液流变学指标异常是中风先兆吗? (66)
69. 怎样判断中风患者的意识? (68)
70. 如何检查和判断肢体瘫痪程度? (69)
71. 如何检查判断中风患者的嘴歪舌偏? (70)
72. 什么叫失语? 中风失语有哪几种? (71)
73. 中风患者发热见于哪些情况? (72)
74. 脑出血时哪些情况易并发消化道出血? (73)
75. 什么是高颅压综合征? (74)
76. 什么是脑膜刺激征? 怎样检查? (74)
77. 什么是锥体束征? 怎样检查? (75)

78. 什么叫浅感觉障碍？如何检查？	(76)
79. 什么叫深感觉障碍？如何检查？	(77)
80. 什么叫皮层觉障碍？如何检查？	(77)
81. 什么叫球麻痹和假性球麻痹？	(78)
82. 什么叫植物人？	(79)
83. 什么是“去脑强直”？	(79)
84. 什么叫闭锁综合征？	(80)
85. 什么叫肩手综合征？	(80)

四、中风的检查与诊断

86. 中风急性期需要做哪些化验检查？	(81)
87. 中风患者为什么要做腰穿检查？	(82)
88. 中风患者为什么要常规查心电图？	(82)
89. 中风患者为什么要做胸部 X 线检查？	(83)
90. 中风患者做脑超声波检查有何意义？	(84)
91. 中风患者为什么有的需要做脑血管造影？	(84)
92. 中风患者脑电图有何改变？	(85)
93. 什么是脑电地形图？在中风诊断上有何价值？	(86)
94. 中风患者做脑 CT 检查有何意义？	(87)
95. 中风的诊断需注意哪些方面内容？	(87)
96. 怎样诊断短暂性脑缺血发作？	(88)
97. 怎样诊断脑出血？	(88)
98. 怎样诊断蛛网膜下腔出血？	(89)
99. 怎样诊断脑血栓形成？	(89)

100. 怎样诊断脑栓塞? (90)
101. 急性脑血管疾病怎样鉴别诊断? (90)

五、中风的治疗与预后

102. 家里有人突然中风怎么办? (92)
103. 出血性中风急性期治疗关键是什么? (93)
104. 怎样治疗急性脑梗塞? (95)
105. 腔隙脑梗塞需要治疗吗? (96)
106. 中风急性期“中经络”者如何辨证论治? (97)
107. 中风急性期“中脏腑”者如何辨证论治? (98)
108. 中风可以手术治疗吗? (99)
109. 中风患者发热如何处理? (100)
110. 中风患者合并消化道出血如何处理? (101)
111. 中风患者尿潴留如何处理? (101)
112. 中风患者呃逆如何处理? (103)
113. 怎样治疗肩一手综合征? (104)
114. 中医怎样辨证论治中风后失语? (105)
115. 中医怎样辨证论治中风后精神障碍? (107)
116. 中医怎样辨证论治中风吞咽困难? (108)
117. 偏瘫可采用哪些治疗方法? (109)
118. 中医怎样辨证论治中风后偏瘫? (109)
119. 中医怎样辨证论治中风后智力障碍? (110)
120. 针刺治疗中风的科学道理是什么? (111)
121. 常用于治疗中风偏瘫的针刺疗法有哪些? ... (112)
122. 中风偏瘫等怎样选择和服用中成药? (114)

123. 高压氧能治疗中风吗?	(115)
124. 如何开展中风患者的心理治疗?	(116)
125. 安宫牛黄丸和再造丸是治疗中风的特效药吗?	(118)
126. 气功能治疗中风后遗症吗?	(119)
127. 脑血栓形成经治疗血管还能通吗?	(124)
128. 中风患者的寿命如何?	(125)
129. 短暂脑缺血发作的预后如何?	(125)
130. 脑梗塞的预后如何?	(126)
131. 出血性中风的预后如何?	(127)

六、中风患者的康复与食疗

132. 康复医疗对中风患者有意义吗?	(129)
133. 中风患者的康复包括哪些内容?	(129)
134. 中风患者在康复过程中应注意哪些问题? ...	(130)
135. 肢体功能恢复分期的标准是什么?	(131)
136. 功能恢复过程中不同阶段的康复措施是什么?	(132)
137. 如何安排中风患者的家庭康复?	(133)
138. 中风患者康复治疗从什么时候开始为宜? ...	(133)
139. 中风患者怎样科学安排起居?	(135)
140. 中风患者怎样自我用脑锻炼?	(136)
141. 中风患者怎样进行语言训练?	(137)
142. 中风患者怎样被动运动? 被动运动时应注意 什么?	(138)

143. 中风患者怎样主动运动?	(139)
144. 按摩对中风患者的康复有作用吗?	(140)
145. 适用于中风患者的按摩手法有哪些?	(141)
146. 偏瘫患者怎样进行家庭按摩?	(146)
147. 偏瘫患者怎样自我按摩?	(147)
148. 中风患者怎样做床上医疗体操?	(148)
149. 中风患者怎样做床边医疗体操?	(149)
150. 中风患者如何利用日常生活进行功能锻炼?	(152)
151. 偏瘫患者进行功能锻炼时需注意什么?	(152)
152. 中风患者的饮食还是一日三餐吗?	(154)
153. 中风患者如何控制饮食的数量?	(154)
154. 中风患者如何选择一般性食物?	(155)
155. 中风患者的药用食物有哪些?	(155)
156. 中风患者饮茶是否有益? 在何种情况下不宜 饮茶?	(156)
157. 降低血压的食疗方有哪些?	(158)
158. 降低血脂的食疗方有哪些?	(160)
159. 哪些常用食品有降低血脂和降低血压的作用?	(161)
160. 怎样根据患者的体质选择食物?	(163)
161. 怎样根据病情选择食物?	(163)
162. 中风患者康复期间在饮食方面应注意什么?	(164)
163. 健脑益智类食物有哪些?	(165)

164. 为什么增智类食物能发挥健脑作用?	(166)
165. 为什么说中风的护理工作是十分重要的? ...	(166)
166. 护士应如何观察中风患者的病情变化?	(167)
167. 中风患者为什么要注意口腔卫生? 怎样护理?	(168)
168. 中风患者出现高热如何护理?	(169)
169. 中风患者小便失常怎样护理?	(170)
170. 中风患者大便失常怎样护理?	(171)
171. 怎样护理中风患者的日常饮食?	(172)
172. 怎样防止瘫痪患者发生褥疮?	(173)
173. 褥疮如何分期? 怎样护理褥疮?	(173)
174. 出血性中风的患者如何护理?	(174)
175. 如何保护中风昏迷者的眼睛?	(175)

七、中风的预测与预防

176. 中风可以预测吗?	(177)
177. 哪些患者宜进行中风预测?	(177)
178. 目前采用哪些检查项目预测中风?	(178)
179. 何谓血液流变学指标? 其正常值是多少? ...	(179)
180. 血液流变性变化与中风有什么关系?	(180)
181. 怎样分析血液流变学检测的结果?	(180)
182. 血小板聚集与中风有何关系?	(182)
183. 多普勒血流测试能预测中风吗?	(182)
184. 中风易患者做甲皱微循环检查有何价值? ...	(183)
185. 血瘀证和中风有关系吗?	(184)

186. 脑血流图能辅助预测中风吗? (184)
187. 为什么说颈动脉杂音有助于预测中风? (185)
188. 中风可以预防吗? (186)
189. 怎样预防中风? (186)
190. 为什么说防治高血压是预防中风的关键? ... (187)
191. 为什么说防治动脉硬化也是预防中风的关键?
..... (188)
192. 为什么说控制小中风是预防中风的重要措施?
..... (189)
193. 怎样消除中风的诱发因素? (189)
194. 为什么说饮食调理有利于预防中风? (190)
195. 高蛋白饮食能预防中风吗? (191)
196. 体育锻炼对预防中风有何益处? (192)
197. 综合性预防中风的措施有哪些? (192)
198. 怎样预防中风复发? (193)
199. 为什么预防中风要从幼年开始? (194)
200. 饮茶能预防中风吗? 应注意什么? (194)

一、中风的基本知识

1. 什么叫中风？

中风是中医学的一个病名，也是人们对急性脑血管疾病的统称和俗称。它是以猝然昏倒，不省人事，伴发口眼歪斜、语言不利、半身不遂或无昏倒而突然出现半身不遂为主要症状的一类疾病。包括西医的脑出血、蛛网膜下腔出血、脑梗塞、脑血栓、短暂性脑缺血发作等。因这类疾病起病急骤，来势凶猛，病情变化迅速，像自然界的风一样“善行数变”、“变化莫测”，古代医家类比而名为“中风”。因其发病突然，亦称为脑卒中或脑血管意外。

中风的根源是高血压、脑动脉硬化。由于脑血管壁的粥样硬化，致使血管腔变狭窄或形成夹层动脉瘤，在各种诱因如情绪激动、精神紧张、用力过猛、血压升高等影响下，造成血管破裂或堵塞，使脑血液循环障碍，形成部分脑组织缺血、水肿等病理改变，导致神经功能障碍，从而相应出现一系列的中风病症状。

一旦发生中风，病情一般均较严重，即使经过积极抢救而幸存者，也约有半数患者会出现不同程度的后遗症，如半身不遂、口歪舌偏、讲话困难等。

有人把各种原因引起的偏瘫(半身不遂)均称为中风。严格说来这是不确切的。因为脑肿瘤、脑寄生虫病、脑脓肿等均可引起偏瘫，这些病则不属于中风的范畴。

2. 中风分几类？包括哪些病？

中风是急性脑血管病的统称。根据各种急性脑血管疾病发生的病因、病理及不同表现，一般把中风分为两大类：一类为出血性中风，也称出血性脑血管病，包括脑出血及蛛网膜下腔出血；另一类为缺血性中风，也称缺血性脑血管病，包括短暂性脑缺血发作（也叫一过性脑缺血发作）、脑血栓、脑栓塞及腔隙性梗塞等。

3. 什么叫短暂性脑缺血发作？

短暂性脑缺血发作又称“小中风”。它的特点是出现短暂性（一过性）、缺血性、局灶性脑功能障碍。临床上分为颈内动脉系统短暂性脑缺血发作和椎—基底动脉系统的短暂性脑缺血发作。前者临床表现为单肢无力、偏身无力、偏身感觉障碍、失语或单眼视力障碍等；后者临床表现则为眩晕、眼花、视物呈双（复视）、恶心呕吐、吞咽困难或共济失调（走路不稳）。头面部症状与肢体症状不在同一侧，呈交叉性或双侧肢体的运动障碍或感觉障碍。由于这些症状发生快，一般从无病到出现这些明显症状不超过 5 分钟，发作持续时间有的只几分钟或几十分钟，最长不超过 24 小时。所以称为短暂性脑缺血发作。其发作频率不等，有的人反复发作数十次尚不发生完全中风，有的则仅发作 1~2 次便发生完全中风。

该病的病因与脑动脉硬化有关，在动脉硬化的基础上发生：①某些小动脉管腔狭窄或血管痉挛，通过的血液减少，致使所供应的脑区发生缺血。②血流动力学障碍，当血压降低、心搏出量减少时，脑组织供血不足。③某种原因造成的血液粘稠度增高、血流缓慢及血液成分的改变，也可发生脑缺血。

④微血栓,即动脉粥样硬化斑脱落,在血流中成为微栓子,随血流流到小动脉而阻塞血管,则出现脑局部供血障碍的脑缺血发作。如果微栓子在人体内某些酶的作用下被分解,或因远端血管的扩张,微栓子向末梢移动,使局部血液循环恢复,脑缺血的症状便可自然缓解或消失。所以短暂性脑缺血发作有时不经治疗可恢复正常。

4. 为什么说小中风是中风的危险信号?

如前所述,小中风即短暂性脑缺血发作。虽然小中风是短暂性的或一过性的,但是,一旦出现小中风发作,就说明脑血管的病损程度(如脑动脉硬化)已达到危险边缘,颈内动脉系统或椎—基底动脉系统的狭窄已达到难以代偿程度而影响了脑血液供应,所以出现了相应的神经功能障碍。若不及时和积极治疗,病变将继续发展,乃至血管腔完全闭塞或堵塞,使血流中断,就会发生完全性缺血性中风。

有人观察小中风首次发作到发生完全性中风的时间为13~27个月。多数学者认为小中风发作后1个月内发生中风的危险性最大,特别是持续时间较长的缺血发作尤应引起注意。如有人报告小中风发作持续时间超过30分钟,发生完全性中风的危险性更大。因为较长时间的缺血发作比较短时间缺血发作更易损伤脑组织。已受损的脑组织,当再次发生小中风或受到其它影响脑供血因素的影响,就更容易发生完全性中风。学者们还观察到完全性中风的部位与小中风缺血发作的部位具有一致性。所以小中风发作便提示有发生中风的危险。把小中风当作中风病即将发生的危险信号和警钟,是有科学根据的,而且实践证明,一旦发生小中风,如能及时采取积极有效的治疗,不但能痊愈,且对预防中风更有积极意义。

5. 什么叫脑血栓？脑血栓是怎样形成的？

脑血栓也称脑血栓形成，是缺血性脑血管疾病中最常见的一种。它主要是在高血压及动脉粥样硬化基础上，脑动脉血管壁增厚，管腔狭窄；管壁内膜粗糙不平，血小板易于粘附及聚集，甚至发生凝血；或血液粘度增高，血流速度减慢等。当狭窄的脑血管发生完全堵塞，便导致局部脑组织缺血、软化、坏死等病理改变，从而产生偏瘫、失语、感觉障碍等一系列神经功能障碍的症状，称为脑血栓。另外，血压偏低、高血脂、血液高凝状态等血流动力学及血液流变学变化异常，都可促进脑血栓形成。根据脑血栓形成的部位，临床分为颈内动脉系统血栓形成，如大脑中动脉血栓形成、大脑前动脉血栓形成等；以及椎—基底动脉系统血栓形成，如小脑后下动脉血栓形成等。

关于血栓形成过程见图 1-1。

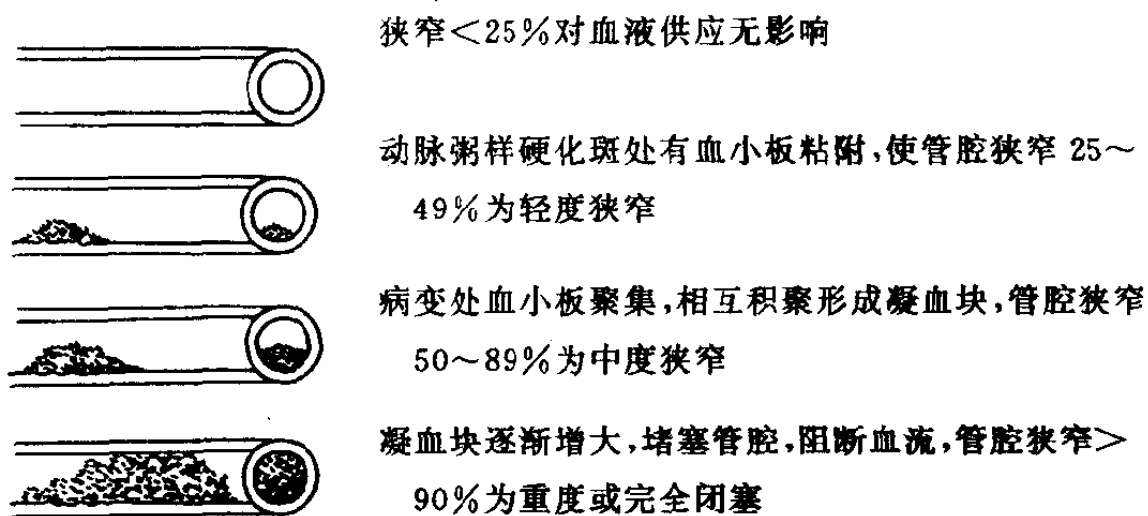


图 1-1 血栓形成示意图

6. 脑血栓的临床表现特点有哪些？

(1) 该病发病年龄一般比脑出血的发病年龄略高，多发生于 55~65 岁的中老年人；而且男性多于女性。