

百病防治问答丛书
(插图本)

BAI BING
FANG ZHI
WEN DA
CONG SHU
(CHA TU BEN)

李康增 郑 明 巢 毅 陈国章

脑血管病



河南科学技术出版社

百病防治问答丛书（插图本）

脑血管病

李康增 郑 明 巢 毅 陈国章

河南科学技术出版社

内 容 提 要

本书以问答形式介绍了脑血管病（包括脑出血、蛛网膜下腔出血、脑栓塞、脑供血不足等）的病因、常见症状、抢救与治疗等基本知识。其中，重点介绍了中风的预防预测、护理知识、食疗方法，以及中风患者行之有效的康复治疗措施。语言通俗易懂，内容简明实用，适合广大城乡群众阅读，是家庭必备的保健参考书。

百病防治问答丛书（插图本）

脑血管病

李康增 郑 明 巢 毅 陈国章

责任编辑 马艳茹

河南科学技术出版社出版

郑州市农业路73号

邮政编码：450002 电话：(0371) 5721450

河南郑州市通达印刷厂印刷

河南省新华书店发行

开本：787×1092 1/32 印张：5 字数：109 千字

1997年8月第1版 1997年8月第1次印刷

印数：1—23 000

ISBN 7-5349-2064-7 R·438

定价：6.80元

编委会名单

主 任 刘照直 河南郑州《老人春秋》杂志主编
邮编 450002

丛书主编 马文飞 河南省科普作家协会副理事长
邮编 450003

编 委 (以下按姓氏笔划为序)

朱文焕 天津《家庭育儿》杂志主编
邮编 300041

李 乔 上海科普出版社副总编辑 邮编 200030
《科学生活》杂志主编

陈正华 贵州贵阳《大众科学》杂志副主编
邮编 550002

陆钦尧 广西南宁《生活科学大观》杂志副主编
邮编 530022

张明华 山东济南《知识与生活》杂志主编
邮编 250002

依达也提 乌鲁木齐《新疆科普》杂志总编辑
邮编 830054

赵震东 北京《科学大观园》杂志主编
邮编 100081

俞朝霞 江苏南京《祝您健康》杂志副主编
邮编 210009

唐毓龙 江西南昌《知识窗》杂志主编

邮编 330002

寇秀荣 天津科技出版社副总编辑
《科学与生活》杂志主编

邮编 300020

谢昭光 浙江杭州《科学 24 小时》杂志副主编

邮编 310003

前言

生理机能正常，没有缺陷和疾病，称之为健康。现在健康的内涵，又扩大了增加了有关心理和社会的内容。这已是众所周知的事，但要做到人人都拥有健康，却并非易事，也正因为此，世界卫生组织提出了“到2000年人人享有健康”的目标。

健康，不但是个美妙的字眼，而且是实实在在最珍贵的财富。记得有位名人或不是名人的人说过，只有当你失去健康时，才会觉得健康的珍贵。是不是可以这样说，当你拥有健康时，应保护她，珍惜她，千万别失去她。我的一位朋友说过这样一句话：什么都可以有，就是别有病。最明白不过的了，有了病，当然就谈不上健康。

如果不幸染病上身，或者是因为生活方式的问题，使身体健康状况趋向不良，也应尽早发现或感觉到，尽早诊断并采取有效治疗手段或改善生活方式，使病魔得以被驱除而重新找回健康。

作为一个从医疗战线转行而成为出版社编辑的我，一直在寻找切入点，编辑出版一套既有新知识，又通俗易懂，贴近读者而得到读者青睐的医学保健防病治病的丛书。

“英雄所见略同”用在此处似乎很不恰当，我们这些人离“英雄”肯定有相当大的差距，但是“所见略同”的事却实实在在发生了。笔者所在出版社的领导非常支持出版这么一套丛书，我的新、老朋友——河南《老人春秋》杂志社主编刘照直和著名医学科普作家马文飞不但支持，而且身体力行，愿意捐资编辑出版此套丛书，设想很快变成了行动。

近几十年来，人类患心脏病、脑血管病、糖尿病等非传染性慢性病（当然也有急性发作）在明显增加，而目前医学上对这些疾病的治疗非常棘手。这就需要人们为了健康，学会自我发现、自我保护、自我处理等自我保健方法。有人将医学分为第一医学（临床医学）、第二医学（预防医学）、第三医学（康复医学）和第四医学（自我保健），我们编写这套丛书，就是期望用通俗易懂的

语言将这四种医学揉和在一起，以一种受人喜爱的面貌展现给广大读者，为每一位读者的健康，奉献我们这点有实用价值的心意。

需要强调的是，本丛书的作者分别服务于江苏、福建、湖北、广西、河南等地，他们中有工作在临床第一线的具有丰富防病治病经验的医生，也有颇具知名度的医学科普作家，他们的联手合作，可以使此书更适合读者口味，也就更有可能使此书成为读者保健的良师益友。

为了使此书更加生动活泼，使读者在一种欢娱的氛围中轻松地阅读，我们又邀请漫画家王慧侠女士加盟，为此丛书每一种配上10幅漫画，使之成为“插图本”，大大地增加了其可读性。除此，她设计的封面，也令人耳目一新。

此外，国内一些深受读者喜爱的生活科普类期刊的老总们，对此丛书的出版十分关注并给予了支持，在此一并致谢。这些期刊是上海《科学生活》、广西《生活科学大观》、天津《科学与生活》、天津《科学育儿》、山东《知识与生活》、北京《科学大观园》、江西《知识窗》、江苏《祝您健康》、贵州《大众科学》、浙江《科学24小时》、新疆《新疆科普》等。

南京军区福州总医院肾内科主任谢福安教授审阅了部分书稿，并提出了很好的意见，在此我们表示谢意。

我们联袂推出的这套丛书即将与读者见面了，我们怀着忐忑不安的心情，希望听到、看到读者的反映，包括建议和批评，使我们在今后的编辑出版实践中，能奉献出更好的作品。

本丛书编委会主任刘照直和丛书主编马文飞均十分繁忙，嘱我写一前言：我就不揣浅陋，捣鼓出这么一个东西。读者如能从中体会到我们的良苦用心，足矣！

赵怀庆

1997年5月26日·郑州

目 录

一、脑血管病的基本知识	(1)
1. 什么是脑血管病?	(1)
2. 常见的脑血管病有哪些?	(1)
3. 为什么说脑血管病是严重危害人类健康的疾病?	(2)
4. 哪些人容易患脑血管病?	(4)
5. 为什么中老年人容易患脑血管病?	(6)
6. 年轻人会患脑血管病吗?	(6)
7. 年轻人脑血管病有哪些特点?	(7)
8. 脑血管病发病有季节性吗?	(8)
9. 什么是脑出血?	(9)
10. 哪些人容易得脑出血?	(10)
11. 什么是脑血栓?	(10)
12. 哪些人容易得脑血栓?	(11)
13. 脑栓塞是怎么回事?	(12)
14. 怎样区别脑血栓与脑栓塞?	(13)
15. 什么叫蛛网膜下腔出血?	(14)
16. 什么叫短暂性脑缺血发作?	(14)
17. 为什么说小中风是中风的危险信号?	(15)
18. 什么叫脑动脉硬化?	(16)
19. 什么叫脑动脉硬化症?	(16)

20. 何谓血管性痴呆?	(17)
21. 血管性痴呆可分为几种类型?	(18)
二、脑血管病的原因与诱因	(18)
22. 引起脑血管病的原因有哪些?	(18)
23. 性别与脑血管病的发病有关吗?	(20)
24. 吃盐多的人易发生脑血管病吗?	(21)
25. 吸烟与脑血管病有何关系?	(22)
26. 饮酒与脑血管病有关吗?	(22)
27. 脑血管病会遗传吗?	(22)
28. 为什么高血压是引起脑血管病的危险因素? ...	(23)
29. 血压过低也会引起脑血管病吗?	(24)
30. 肥胖的人是否更易患脑血管病?	(24)
31. 高脂血症患者为什么易发生脑血管病?	(25)
32. 心脏病患者为什么容易发生脑血管病?	(26)
33. 糖尿病患者为什么容易发生脑血管病?	(26)
34. 颈椎病患者为什么易发生脑血管病?	(27)
35. 口服避孕药与脑血管病有关吗?	(28)
36. 还有哪些慢性病可以引起缺血性脑血管病? ...	(29)
37. 还有哪些慢性病可以引起出血性脑血管病? ...	(30)
38. 哪些因素易诱发脑血管病?	(30)
39. 为什么用力过猛能诱发脑血管病?	(31)
40. 为什么过度疲劳会诱发脑血管病?	(31)
41. 性格与脑血管病有何关系?	(32)
42. 为什么不良情绪能诱发脑血管病?	(32)
三、脑血管病的预防与预测	(33)
43. 脑血管病可以预防吗?	(33)

44. 怎样预防脑血管病的发生?	(34)
45. 为什么说防治高血压是预防脑血管病的关键?	(34)
46. 为什么说防治动脉硬化也是预防脑血管病的 关键?	(35)
47. 怎样从饮食上预防脑血管病的发生?	(36)
48. 高蛋白饮食能预防脑血管病吗?	(37)
49. 饮茶能预防脑血管病吗?	(37)
50. 体育锻炼对预防脑血管病有何益处?	(38)
51. 综合性预防脑血管病的措施有哪些?	(38)
52. 怎样消除脑血管病的诱发因素?	(40)
53. 为什么说控制短暂性脑缺血发作是预防脑血 管病的重要措施?	(41)
54. 怎样才能预防脑出血的发生?	(42)
55. 如何预防脑血栓形成?	(42)
56. 哪些患者宜进行中风预测?	(43)
57. 哪些检查项目可以预测中风?	(44)
58. 血液流变学变化与脑血管病有什么关系? ...	(44)
59. 血液流变学检查有何意义?	(45)
60. 血小板聚集与脑血管病有何关系?	(45)
61. 做甲皱微循环检查有何价值?	(46)
四、脑血管病的常见症状	(47)
62. 什么是脑血管病先兆?	(47)
63. 脑血管病有哪些先兆症状?	(47)
64. 为什么突然头痛加剧可能是脑血管病先兆? ...	(48)
65. 怎样根据头痛程度和性质来判断脑血管病? ...	(49)

66. 为什么肢体发麻也要当心脑血管病?	(49)
67. 为什么突然眩晕、呕吐、站立不稳是脑血管病的先兆?	(50)
68. 为什么血压变化时要当心脑血管病?	(51)
69. 脑出血有哪些表现?	(52)
70. 蛛网膜下腔出血有哪些表现?	(52)
71. 脑血栓形成所致的脑梗塞有哪些表现? ...	(53)
72. 脑动脉硬化症有哪些表现?	(54)
73. 什么叫“三偏综合征”?	(54)
74. 急性脑血管病的患者为什么会发热?	(55)
75. 脑血管病急性期发热有哪些危害?	(56)
76. 脑血管病患者为什么会出现呃逆?	(56)
77. 怎样判断脑血管病患者的意识状况?	(58)
78. 意识障碍可分为几种?	(58)
79. 为什么老年人易发生意识障碍?	(59)
80. 脑血管病患者为什么会发生语言障碍?	(59)
81. 脑血管病患者的失语症有几种?	(60)
82. 什么叫运动性失语?	(62)
83. 什么叫感觉性失语?	(62)
84. 什么叫混合性失语?	(62)
85. 为什么有的患者会发生患肢肌肉萎缩?	(62)
86. 为什么脑血管病患者易发生便秘?	(63)
87. 为什么脑血管病患者会出现癫痫?	(64)
88. 什么叫“植物人”?	(64)
89. 脑血管病急性期常见有哪些并发症?	(65)
90. 什么叫脑疝?	(66)

91. 脑血管病引起的脑疝有几种?	(66)
92. 脑血管病患者为什么会出现脑疝?	(66)
93. 出现脑疝时有哪些临床表现?	(67)
94. 小脑幕疝有哪些临床表现?	(68)
95. 枕骨大孔疝有哪些临床表现?	(68)
五、脑血管病的常见检查方法	(69)
96. 脑血管病急性期需要做哪些化验检查?	(69)
97. 脑血管病患者为什么要做腰穿?	(70)
98. 腰穿会影响健康吗?	(70)
99. 哪些情况下需要做腰穿检查?	(71)
100. CT 对脑血管病的诊断有何意义?	(72)
101. 什么是脑血管造影?	(72)
102. 做脑血管造影时应注意哪些问题?	(74)
103. 哪些情况要做脑血管造影?	(74)
104. 脑血流图对脑血管病的诊断有何意义?	(75)
105. 脑血管病患者做脑超声波检查有何意义? ...	(75)
106. 脑血管病患者为什么要做胸部 X 线检查? ...	(76)
107. 脑血管病患者为什么要检查心电图?	(76)
108. 为什么脑血管病患者要做眼底检查?	(77)
109. 什么是脑电地形图?	(77)
110. 脑电地形图在脑血管病诊断上有何价值? ...	(77)
六、脑血管疾病的抢救与治疗	(78)
111. 遇到脑血管意外患者该怎么办?	(78)
112. 运送脑血管意外患者时应注意哪些问题? ...	(79)
113. 应如何治疗脑血管病合并消化道出血?	(80)
114. 急性脑血管意外患者发热时应如何进行物理	

降温?	(82)
115. 若物理降温无效该怎么办?	(83)
116. 应如何治疗脑血管病患者的呃逆?	(83)
117. 如何处理脑血管病患者尿潴留?	(84)
118. 手术可以治疗脑血管病吗?	(84)
119. 哪些脑血管病可以用手术治疗?	(85)
120. 短暂性脑缺血发作怎样进行治疗?	(86)
七、脑血管病患者的护理与食疗	(87)
121. 守护重症脑血管病患者应重点注意哪些问题?	(87)
122. 怎样观察重症脑血管病患者的病情?	(88)
123. 怎样护理脑血管病昏迷患者?	(89)
124. 脑出血患者急性期的主要护理措施有哪些?	(90)
125. 蛛网膜下腔出血患者如何做到绝对卧床? ...	(91)
126. 脑血管病患者出现高热时应如何护理?	(91)
127. 如何保护脑血管病昏迷者的眼睛?	(92)
128. 怎样进行脑血管病患者的口腔护理?	(93)
129. 脑血管病患者什么部位易患褥疮?	(94)
130. 如何判断褥疮的严重程度?	(94)
131. 怎样预防发生褥疮?	(94)
132. 发生褥疮后应如何护理?	(96)
133. 脑血管病患者为什么要保持大便通畅?	(96)
134. 怎样使脑血管病患者保持大便通畅?	(96)
135. 脑血管病患者发生便秘时该怎么办?	(97)
136. 怎样给便秘患者灌肠?	(97)

137. 脑血管病患者大便失禁时应如何护理?	(98)
138. 脑血管病患者尿潴留时怎样护理?	(98)
139. 脑血管病患者尿失禁时怎样护理?	(99)
140. 怎样给脑血管病患者喂饭?	(99)
141. 怎样给脑血管病患者喂药?	(100)
142. 什么叫管喂饮食?	(101)
143. 怎样配制管喂饮食?	(101)
144. 管喂饮食有哪些注意事项?	(102)
145. 脑血管病患者怎样进行饮食调养?	(102)
146. 瘫痪患者的饮食调养应注意什么?	(104)
147. 脑血管病患者如何选择食物?	(105)
148. 脑血管病患者恢复期饮食有哪些禁忌? ...	(105)
149. 脑血管病患者为什么要选用适量健脑食物?	(106)
150. 哪些食品有健脑作用?	(107)
151. 脑血管病患者怎样对待饮酒?	(108)
152. 脑血管病患者可以选用哪些食疗药膳? ...	(110)
153. 怎样做小米麻子粥?	(110)
154. 怎样做葛粉羹?	(110)
155. 怎样做独活乌豆汤?	(110)
156. 怎样做龟血炖冰糖?	(110)
157. 怎样做北芪煲南蛇肉?	(111)
八、脑血管病后遗症的康复	(111)
158. 什么是康复?	(111)
159. 脑血管病的康复包括哪些内容?	(112)
160. 脑血管病患者进行康复治疗的目的是什么?	

.....	(112)
161. 脑血管病患者进行康复治疗的原则是什么?	(112)
.....	(112)
162. 脑血管病患者在康复过程中应注意哪些问题?	(115)
.....	(115)
163. 脑血管病患者康复治疗从什么时候开始为宜?	(115)
.....	(115)
164. 脑血管病的后遗症有哪些?	(116)
165. 智力及精神障碍有何表现?	(116)
166. 怎样进行急性期的康复治疗?	(117)
167. 脑血管病患者有哪些心理障碍?	(118)
168. 怎样进行心理康复治疗?	(120)
169. 如何帮助患者保持健康而稳定的情绪?	(120)
170. 怎样指导患者积极进行认识活动?	(121)
171. 如何恢复患者的社会适应力?	(121)
172. 如何增强脑血管病患者战胜疾病的信心?	(121)
173. 为什么瘫痪侧肢体常会出现疼痛?	(122)
174. 偏瘫一侧的肢体为什么会发生肿胀?	(124)
175. 怎样防治患肢肿胀?	(125)
176. 帮助患者恢复上肢的功能有何意义?	(125)
177. 如何帮助患者恢复上肢的功能?	(126)
178. 脑血管病患者使用轮椅有何优缺点?	(127)
179. 如何帮助患者学会从床上到轮椅上的相互转移?	(129)
.....	(129)
180. 半身不遂患者怎样进行综合性康复治疗?	(130)
181. 什么是偏瘫后健侧代偿性康复?	(131)

182. 怎样进行偏瘫后健侧代偿性康复?	(131)
183. 脑血管病患者怎样进行被动运动?	(132)
184. 被动运动时应注意什么?	(133)
185. 脑血管病患者怎样进行主动运动?	(133)
186. 如何帮助患者恢复站立功能?	(134)
187. 偏瘫患者具备哪些条件后方可练习行走? ...	(135)
188. 偏瘫患者怎样练习行走?	(135)
189. 偏瘫患者如何进行功能锻炼?	(136)
190. 按摩能帮助脑血管病患者康复吗?	(138)
191. 偏瘫患者怎样进行家庭按摩?	(138)
192. 偏瘫患者怎样自我按摩?	(139)
193. 对偏瘫患者进行按摩时应注意哪些问题? ...	(140)
194. 怎样练习医疗康复气功?	(140)
195. 脑血管病后遗症怎样进行对症气功治疗? ...	(141)
196. 偏瘫患者进行功能锻炼时需注意哪些问题?	(142)
197. 如何帮助失语者恢复语言功能?	(143)

一、脑血管病的基本知识

1. 什么是脑血管病？

脑血管病又称脑血管意外、脑卒中、中风，是指由各种原因引起的脑动脉系统与静脉系统发生病理改变所造成的疾病。我们通常所讲的脑血管疾病主要指的是急性脑血管病，它是一种危害人民健康、威胁生命、影响劳动力的常见病和多发病。

在脑血管病中，以脑动脉系统疾病最常见，且好发于40岁以上的中老年人，其病情特点是发病急、变化快、病情重、危险性大。

脑的血液循环障碍直接影响脑组织，可致脑细胞发生功能紊乱或不可逆性病变。患者常出现头痛、头晕、呕吐、意识障碍，严重时可出现昏迷、失语、偏瘫、大小便失控等症状和体征，重者可致死亡。

2. 常见的脑血管病有哪些？

医学上常将脑血管病分为3大类，即出血性脑血管病、缺血性脑血管病及其他脑血管病。由于其病原学、发病机制、临床症状的不同，治疗原则和预后也不一样。具体说，脑血管病包括以下疾病：

(1) 出血性脑血管病：①蛛网膜下腔出血：大部分是由于各种动脉瘤、血管畸形、颅内异常血管网或其他原因所致，也有小部分原因不明。②脑出血：以高血压性脑出血最多见，其他尚有继发于脑梗塞的出血、肿瘤性出血。血液