

常见病防治专家答疑系列

中风防治 300问

本书
总印数已达
20万册以上

(第2版)

孙 怡 主编



金盾出版社
JINDUN CHUBANSHE

常见病防治专家答疑系列

中风防治 300问

【第三版】

陈 彬 主编



中风防治300问

(第2版)

主 编

孙 怡

副主编

陈士奎 陈 艳

编 著 者

陈士奎 陈 艳 刘晓艳 裴玉兰

孙 怡 王国忠 王立鹤 王素梅

项宝玉 谢道珍

金 盾 出 版 社



本书在《中风防治 200 问》的基础上进行了修改和补充,系统介绍了中风(脑血管病)的基础知识、病因、危险因素、先兆与临床表现、检查与诊断、中西医结合治疗和中风患者的护理,特别介绍中风患者的饮食与食疗,重点介绍中风患者的康复训练和中风的预防。内容丰富,深入浅出,通俗易懂,科学实用,适合中风患者及家属、基层医护工作者、健康管理人员参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

中风防治 300 问/孙怡主编.—2 版.—北京:金盾出版社,
2009.11

ISBN 978-7-5082-5947-5

I. 中… II. ①孙… III. 中风—防治—问答 IV. R743.3-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 145687 号

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:68214039 83219215

传真:68276683 网址:www.jdcbs.cn

封面印刷:北京百花彩印有限公司

正文印刷:北京四环科技印刷厂

装订:第七装订厂

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:9.5 字数:235 千字

2009 年 11 月第 2 版第 13 次印刷

印数:194 001~206 000 册 定价:18.00 元

(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)



第2版前言

《中风防治 200 问》自发行以来,在我国台湾“国际村文库书店”出版发行繁体字版本,并畅销世界各地,国内已第 12 次印刷发行 194 000 册。可见此书是深受广大读者喜爱的一本开卷有益之书。

《中风防治 300 问》(第 2 版)是在《中风防治 200 问》的基础上进行修改和补充的,书中不仅增加了 100 个问题,而且增加了防治脑中风的最新知识。

社会在进步,医学在发展,脑中风的发病率、患病率、病死率、致残率等如何能控制,如何预防脑中风,患了脑中风如何治疗,中医药如何防治脑中风,如何康复治疗以减少后遗症,如何提高患者生活质量、回归社会,近 10 多年来对脑中风的预防、诊断、治疗研究取得了哪些新进展,又有了什么新疗法、新观念,怎样将中风患者的康复从过去的“三分治七分养”转变到“三分治七分练”,怎样靠运动功能再学习和训练而获得更有效的康复等问题,都是患者和家属非常关心的。再版的《中风防治 300 问》将防治脑中风的新知识,简明清晰地以问答形式予以介绍,并以崭新的内容奉献给广大读者。希望本书能成为一册指导和护佑健康,更实用、更适合居家阅读,以及供农村、社区医护人员、健康管理人员或健康需求者阅读参考的“掌中小书”。

作 者



目 录

一、中风的基础知识

1. 什么是中风? 1
2. 中风分几类? 包括哪些病? 2
3. 出血性中风是怎么发生的? 2
4. 什么是高血压及高血压病? 3
5. 什么是动脉硬化? 与中风有何关系? 6
6. 什么是脑出血? 6
7. 什么是蛛网膜下隙出血? 7
8. 蛛网膜下隙出血常见并发症有哪些? 8
9. 缺血性中风是怎么发生的? 9
10. 什么是短暂性脑缺血发作? 11
11. 什么是血栓? 血栓是怎么形成的? 12
12. 什么是脑梗死? 12
13. 什么是动脉粥样硬化血栓形成性脑梗死? 13
14. 什么是栓塞性脑梗死? 14
15. 什么是大面积脑梗死? 14
16. 什么是出血性脑梗死? 15
17. 什么是腔隙脑梗死? 16
18. 什么是分水岭脑梗死? 17
19. 什么是无症状性脑梗死? 17
20. 中风急性期最常见的并发症有哪些? 19



21. 什么是脑疝？中风引起的最常见脑疝有几种？	20
22. 脑出血在什么情况下并发消化道出血？	21
23. 出血性中风患者为什么会发热？	22
24. 什么是中风后继发癫痫？	22
25. 什么是中风后抑郁？	23
26. 什么是肩-手综合征？	25
27. 什么是血管性痴呆？	25
28. 什么是意识和意识障碍？	27
29. 怎样判断患者意识障碍程度？	27
30. 什么是植物人？	28
31. 什么是内囊？与脑出血有何关系？	29
32. 什么是中风“三偏”症状？	30
33. 什么是锥体束征？怎样检查？	32
34. 什么是瘫痪？如何判断肢体瘫痪程度？	33
35. 如何判断中风患者的嘴歪舌偏？	34
36. 什么是延髓麻痹和假性延髓麻痹？	35
37. 什么叫失语？中风失语有几种类型？	37
38. 脑血液循环为什么特别重要？	38
39. 脑血管的分布与中风的的关系如何？	38
40. 哪些人容易发生中风？	42
41. 年轻人能患脑中风吗？	43
42. 儿童会不会患脑中风？	44
43. 为什么说脑中风是威胁人类健康和生命的重大疾病？	45
44. 世界各地脑中中风流行状况如何？	46
45. 我国脑中中风流行状况如何？	47

二、中风的病因和危险因素

46. 中风的主要病因是什么？	49
-----------------------	----



47. 中风的危险因素有哪些？	50
48. 中风的诱发因素有哪些？	50
49. 出血性中风的危险因素有哪些？	51
50. 缺血性中风的危险因素有哪些？	52
51. 为什么脑动脉硬化是引起中风的重要因素？	53
52. 为什么说高血压是引起中风的主要危险因素？	54
53. 血压不高的人为什么也可能发生中风？	55
54. 为什么血压过低也能引起中风？	55
55. 心脏病患者为什么易发生中风？	56
56. 糖尿病患者为什么易发生中风？	57
57. 吃盐多的人为什么易发生中风？	57
58. 高脂血症患者为什么易发生中风？	58
59. 肥胖人易发生中风吗？	59
60. 瘦人为什么也能发生中风？	60
61. 颈椎病患者为什么能发生中风？	60
62. 吸烟、饮酒与中风有关系吗？	61
63. 年龄与中风有关吗？	62
64. 性别与中风有何关系？	63
65. 口服避孕药会发生中风吗？	63
66. 为什么气候变化能诱发中风？	64
67. 为什么不良情绪能诱发中风？	64
68. 为什么用力过猛能诱发中风？	65
69. 为什么过劳会诱发中风？	66
70. 用脑过度能促发中风吗？	66
71. 性格与中风发生有关系吗？	67
72. 中风能遗传吗？	68
73. 引起动脉粥样硬化的主要因素有哪些？	68
74. 短暂性脑缺血发作的病因是什么？	70



75. 脑梗死主要病因有哪些? 71
76. 动脉粥样硬化血栓形成性脑梗死主要病因有哪些? ... 71
77. 腔隙脑梗死主要病因有哪些? 72
78. 分水岭脑梗死的病因是什么? 73
79. 引起栓塞性脑梗死常见栓子有哪些? 74
80. 脑出血常见的病因有哪些? 74
81. 高血压病患者为什么易发生脑出血? 75
82. 引起高血压病的主要因素有哪些? 76
83. 为什么脑动静脉畸形是年轻人出血性中风的主要
病因? 77
84. 蛛网膜下隙出血常见的病因有哪些? 77
85. 蛛网膜下隙出血为什么极易发生再出血? 78

三、中风先兆与临床表现

86. 什么叫中风先兆? 80
87. 中风有哪些先兆征象? 81
88. 中医对中风先兆有哪些认识和论述? 82
89. 血压忽高忽低是中风先兆吗? 83
90. 突然眩晕、呕吐、站立不稳是中风先兆吗? 84
91. 突然头痛加剧或头痛伴发呕吐是中风先兆吗? 84
92. 肢体发麻也是中风先兆吗? 85
93. 频频打哈欠是中风先兆吗? 86
94. 眼底出血是中风先兆吗? 87
95. 鼻出血是中风先兆吗? 88
96. 血液流变学指标异常是中风先兆吗? 88
97. 为什么说小中风是中风的最危险信号? 89
98. 为什么会突然感到大脑一片空白? 90
99. 什么是高颅压综合征? 91



100. 脑出血有哪些临床表现?	92
101. 蛛网膜下隙出血有哪些临床表现?	93
102. 短暂性脑缺血发作有哪些临床表现?	94
103. 脑梗死临床表现有哪些特点?	95
104. 颈内动脉闭塞综合征临床表现如何?	96
105. 大脑中动脉闭塞综合征临床表现如何?	96
106. 大脑前动脉闭塞综合征临床表现如何?	97
107. 椎-基底动脉闭塞综合征临床表现如何?	98
108. 大脑后动脉闭塞综合征临床表现如何?	99
109. 分水岭脑梗死常见症状有哪些?	99
110. 腔隙脑梗死有哪些综合征?	100
111. 常见腔隙综合征有哪些临床表现?	100
112. 肩-手综合征有哪些临床表现?	101
113. 血管性痴呆有哪些临床表现?	102

四、中风的检查与诊断

114. 中风急性期需要做哪些实验室检查?	103
115. 中风患者为什么要常规检查心电图?	104
116. 中风患者为什么要做胸部 X 线检查?	104
117. 中风患者为什么要做腰穿检查?	105
118. 中风患者的脑电图有何改变?	105
119. 什么是脑电地形图?	106
120. 脑电地形图对中风诊断有何价值?	107
121. 中风患者需要做脑血管造影吗?	108
122. 什么是数字减影血管造影?	108
123. 数字减影血管造影对中风诊断有何意义?	109
124. 什么是经颅多普勒超声检查?	110
125. 经颅多普勒超声检查对中风诊断有何意义?	110



126. 什么是脑 CT 检查? 111
127. 脑 CT 检查对中风诊断有何意义? 112
128. 什么是磁共振成像? 112
129. 磁共振成像检查对中风诊断有何意义? 113
130. 什么是单光子发射计算机断层扫描? 114
131. 单光子发射计算机断层扫描对中风诊断有何
意义? 115
132. 什么是正电子发射计算机断层扫描? 116
133. 正电子发射计算机断层扫描对中风诊断有何
意义? 116
134. 中风诊断需注意哪些内容? 117
135. 怎样诊断脑出血? 118
136. 怎样诊断蛛网膜下隙出血? 118
137. 怎样诊断短暂性脑缺血发作? 119
138. 怎样诊断腔隙脑梗死? 119
139. 怎样诊断动脉粥样硬化血栓形成性脑梗死? 120
140. 怎样诊断栓塞性脑梗死? 120
141. 怎样诊断分水岭脑梗死? 121
142. 怎样诊断出血性脑梗死? 121
143. 脑出血与脑梗死有何区别? 121
144. 脑血栓与脑栓塞有何不同? 123
145. 怎样鉴别急性脑血管病? 124
146. 血管性痴呆怎样诊断? 124

五、中风的治疗

147. 如何治疗急性脑出血? 126
148. 如何治疗蛛网膜下隙出血? 128
149. 出血性中风在什么情况下手术治疗? 130



150. 短暂性脑缺血发作如何治疗?	132
151. 动脉粥样硬化血栓形成性脑梗死如何治疗?	132
152. 栓塞性脑梗死如何治疗?	134
153. 腔隙脑梗死需要治疗吗?	135
154. 缺血性中风在什么情况下手术治疗?	137
155. 中风患者高血压如何防治?	138
156. 中风患者水电解质紊乱如何纠正?	140
157. 什么是血管内介入治疗?	142
158. 如何应用血管内介入治疗中风?	143
159. 如何应用溶栓疗法治疗缺血性中风?	144
160. 缺血性中风如何用阿司匹林治疗?	146
161. 脑梗死经治疗后血管能再通吗?	148
162. 中风患者发热如何处理?	149
163. 中风患者合并消化道出血如何处理?	149
164. 中风后癫痫发作如何治疗?	150
165. 中风后抑郁如何治疗?	151
166. 如何治疗中风失语?	153
167. 中风患者呃逆如何处理?	156
168. 中风患者尿潴留如何处理?	157
169. 如何防治肩-手综合征?	158
170. 如何用针刺疗法治疗中风偏瘫?	159
171. 中风患者如何防治便秘?	161
172. 中医怎样辨证论治中风后便秘?	163
173. 中医怎样辨证论治中风后抑郁?	163
174. 中医怎样辨证治疗血管性痴呆?	164
175. 中风急性期“中经络”中医如何辨证论治?	165
176. 中风急性期“中脏腑”中医如何辨证论治?	166
177. 中风后偏瘫中医如何辨证论治?	167



178. 中风后遗症怎样选择和服用中成药? 168
179. 安宫牛黄丸和再造丸是治疗中风的
特效药吗? 170
180. 什么是卒中单元? 171
181. 卒中单元分哪些类型? 172
182. 建立卒中单元治疗中风有何意义? 173

六、中风患者的护理

183. 家里有人突患中风怎么办? 175
184. 为什么说中风患者家庭护理十分重要? 176
185. 如何观察中风急性期患者的病情变化? 176
186. 怎样护理中风昏迷患者? 178
187. 怎样护理出血性中风患者? 179
188. 中风患者口腔如何护理? 180
189. 中风患者眼睛如何护理? 180
190. 中风患者发热如何护理? 181
191. 中风患者并发消化道出血如何护理? 182
192. 急性期中风患者如何饮食护理? 182
193. 中风患者如何心理护理? 183
194. 中风患者尿潴留和尿失禁如何护理? 184
195. 中风患者便秘如何护理? 185
196. 偏瘫患者如何预防压疮? 186
197. 压疮如何分期? 怎样护理? 187
198. 怎样护理中风患者瘫痪肢体? 189
199. 如何帮助中风瘫痪患者翻身? 190
200. 中风偏瘫患者用什么样的被褥和衣服最好? 190
201. 如何帮助中风患者洗浴? 191
202. 怎样护理中风患者失眠? 192



七、中风患者的饮食与食疗

203. 中风患者的饮食原则是什么？	193
204. 如何根据中风患者的体质选择食物？	194
205. 中风患者如何根据中医辨证选择饮食？	195
206. 哪些食物有降血压的作用？	197
207. 哪些食物有降血脂的作用？	197
208. 哪些食物有助于预防脑中风？	199
209. 降血脂的“药食两用”中药有哪些？	201
210. 哪些食品有健脑作用？	201
211. 中风患者健脑有什么食疗方？	203
212. 高血压病患者有什么食疗方？	204
213. 高脂血症患者有什么食疗方？	205
214. 动脉粥样硬化患者有什么食疗方？	205
215. 肥胖症患者有什么食疗方？	206
216. 糖尿病患者有什么食疗方？	207
217. 中风患者便秘有什么食疗方？	207

八、中风患者的康复治疗

218. 什么是中风康复治疗？	210
219. 中风后神经功能障碍还能康复吗？	211
220. 中风偏瘫为什么强调早期进行康复治疗？	212
221. 中风患者什么时候开始康复训练？	213
222. 影响中风患者康复和预后的因素有哪些？	214
223. 不同病期的中风患者康复治疗有哪些内容？	214
224. 中风瘫痪患者怎样正确卧位？	215
225. 中风瘫痪患者如何进行翻身训练？	216
226. 怎样为中风患者做被动运动？	217



227. 被动运动时须注意什么? 218
228. 中风患者瘫痪上肢如何被动训练? 219
229. 中风患者瘫痪下肢如何被动训练? 219
230. 中风患者如何进行上下肢主动运动训练? 220
231. 中风瘫痪患者在床上如何移动训练? 221
232. 中风瘫痪患者坐在床边如何训练? 221
233. 中风患者如何进行坐位训练? 222
234. 中风偏瘫患者如何进行辅助站立训练? 223
235. 中风偏瘫患者如何进行独立站立训练? 223
236. 中风患者如何进行独立站起-坐下训练? 224
237. 中风患者如何进行站立平衡训练? 224
238. 中风患者如何进行手持拐杖站立平衡训练? 225
239. 中风偏瘫患者如何进行步行训练? 225
240. 如何训练偏瘫患者日常生活能力? 226
241. 如何训练偏瘫患者穿脱上衣? 228
242. 如何训练偏瘫患者穿脱裤子? 228
243. 中风患者构音障碍如何康复训练? 229
244. 中风失语如何康复训练? 230
245. 推拿按摩为什么能促进中风偏瘫肢体康复? 231
246. 治疗中风偏瘫的推拿按摩手法有哪些? 232
247. 家人怎样为中风偏瘫患者进行按摩? 234
248. 中风偏瘫患者怎样自我按摩? 236
249. 中风患者怎样做床上医疗体操? 236
250. 中风患者怎样做床边医疗体操? 237
251. 养生功为什么能促进中风患者康复? 238
252. 适宜中风患者康复的功法有哪些? 239
253. 怎样帮助偏瘫患者树立康复信心? 243
254. 什么情况下中风患者不宜康复治疗? 244



九、中风的预后和预防

255. 脑出血预后如何？	245
256. 蛛网膜下隙出血的预后如何？	245
257. 短暂脑缺血发作预后如何？	246
258. 腔隙脑梗死预后如何？	247
259. 动脉粥样硬化血栓形成性脑梗死预后如何？	247
260. 栓塞性脑梗死预后如何？	248
261. 中风患者的寿命如何？	249
262. 中风会复发吗？	250
263. 中风能预防吗？	251
264. 为什么需要特别强调中风的预防？	252
265. 怎样才能预防脑中风的发作？	253
266. 什么是中风的三级预防？	254
267. 怎样预防中风危险因素高血压及高血压病？	255
268. 动脉粥样硬化能预防吗？	256
269. 怎样预防动脉粥样硬化？	256
270. 动脉粥样硬化患者如何预防脑中风？	258
271. 高血压病患者如何预防脑中风？	258
272. 糖尿病患者如何预防脑中风？	259
273. 心脏病患者如何预防脑中风？	260
274. 高脂血症患者如何预防脑中风？	261
275. 为什么控制小中风是预防中风的重要措施？	262
276. 怎样控制中风的诱发因素？	263
277. 冬季如何预防脑中风？	263
278. 如何预防脑出血？	264
279. 如何预防脑出血患者再出血？	265
280. 如何预防短暂性脑缺血发作？	266



281. 如何预防腔隙脑梗死的发生？	267
282. 如何预防脑栓塞的发生？	267
283. 如何预防中风后记忆力减退？	268
284. 如何预防血管性痴呆？	269
285. 为什么预防中风要从幼年开始？	271
286. 为什么年轻人也要预防中风？	271
287. 双手并用有利于预防脑出血吗？	272
288. 什么是有氧运动？对中风预防有意义吗？	273
289. 适宜体育运动有益预防中风吗？	274
290. 饮茶能预防中风吗？应注意什么？	274
291. 常吃“血豆腐”有助于预防中风吗？	275
292. 常吃鱼能预防中风吗？怎样吃更好？	276
293. 蛋白质有益于预防中风吗？	276
294. 香蕉有预防中风的作用吗？	277
295. 喝水有助于预防脑中风吗？	278
296. 预防中风为什么强调合理饮食？	279
297. 哪些“小动作”有助于预防脑中风？	280
298. 中风患者为什么要戒烟酒？	282
299. 怎样预防中风复发？	283
300. 脑中风防治有哪些常见误区？	284