



关注你的 中枢

——脑血管疾病的家庭防治与康复



天津科技翻译出版公司

R743.01

G31702

关注你的 中枢

——脑血管疾病的家庭防治与康复

葛志弘 / 赵俊丽 / 于兰 编著

天津科技翻译出版公司

图书在版编目 (CIP) 数据

关注你的中枢: 脑血管疾病的家庭防治与康复/葛志弘等编著. —
天津: 天津科技翻译出版公司, 2002.1

(绿色健康忠告丛书)

ISBN 7-5433-0329-9

I. 关… II. 葛… III. ①脑血管疾病-防治 ②脑血管疾病-康
复 IV. R743

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 071330 号

出 版: 天津科技翻译出版公司

出 版 人: 邢淑琴

地 址: 天津市南开区白堤路 244 号

邮政编码: 300192

电 话: 022-87893561

传 真: 022-87892476

E - mail: tsttbc@public.tpt.tj.cn

印 刷: 廊坊人民印刷厂

发 行: 全国新华书店

版本记录: 850×1168 32 开本 5 印张 80 千字

2002 年 1 月第 2 版 2002 年 1 月第 1 次印刷

定价: 9.60 元

(如发现印装问题, 可与出版社调换)

前言

脑血管疾病是当今社会的常见病和多发病，是危害人类健康的主要疾病，当前，我国的脑血管疾病患者比例逐年增加，且有不断年轻化的趋势。因此，向全社会介绍并普及脑血管疾病的起因、危害、预防、治疗和饮食起居等人们所关心的知识就变得越来越重要。

本书以浅显的语言向读者做了全面的介绍，同时又不乏脑血管疾病防治的新观点，既可作为患者及家属身边的家庭医生，又可作为医务工作者的参考书，祝您有个健康的身体，同时，享受健康的生活。

编 者



	何谓中风	1
	中风如何分类	2
	中风是否有先兆	3
	青年人会中风吗	4
	低血压会中风吗	5
	家里有人中风怎么办	6
	如何估计中风后病情轻重	7
8	什么叫脑出血	
9	为什么会发生脑出血	
10	脑血管病在分布上有何特点	
12	人大脑皮层的结构是怎样的	
13	人的大脑皮层有何功能	
14	何谓韦伯综合征	
15	何谓“三偏综合征”	

17	什么叫蛛网膜下腔出血
	为什么蛛网膜下腔出血会出现脑膜刺激症
17	怎样才能诊断蛛网膜下腔出血
18	影响蛛网膜下腔出血预后的因素是什么
19	蛛网膜下腔出血后为什么易发生脑血管痉挛
20	蛛网膜下腔出血病人为什么要绝对卧床
21	颅内动脉瘤是怎样产生的

常见的颅内动脉瘤综合征有哪些	24
破裂动脉瘤的手术适应证是什么，如何选择手术时间	25
脑叶出血有哪些临床特点	26
丘脑出血有哪些临床特点	27
脑室出血有哪些临床特点	28
怎样诊断少量脑出血	29
高血压性脑出血病人能否紧急降压	30
为什么脑卒中病人要做眼底检查	32

	视乳头水肿时眼底有什么改变	32
	原发性视神经萎缩和继发性视神经萎	
	缩如何区别	33
	中风病人为什么要检查视野	34
	为什么有些脑血管病人会出现视物成双	35
	为什么脑出血病人会发生头痛和呕吐	36
	怎样治疗急性期脑出血	38
	怎样治疗小脑出血	39
	止血药物在脑出血治疗中有何作用	40
41	为什么脑出血病人易并发消化道出血	
42	发生消化道出血后应如何处理	
43	预防脑出血的具体措施是什么	
44	影响高血压性脑出血预后的因素是什么	
45	什么是一过性(短暂性)脑缺血发作	
46	什么是完全卒中	
46	什么是椎-基底动脉供血不足	
48	颈性眩晕是怎么回事	
50	腔隙性脑梗死是怎么回事	

51	什么是高血压性脑病
53	脑动脉淀粉样变是怎么回事
54	什么是颅内静脉窦、静脉血栓形成
55	梗死后出血是怎么回事
56	烟雾病是怎么回事
57	正常人脑是怎样进行血液循环的
58	何谓大脑动脉环
59	什么是“盗血”现象
60	何谓血脑屏障

脑卒中的危险因素有哪些	61
高血脂病人应吃哪些饮食	63
脑梗死为什么常发生于清晨	66
为什么血压不高的人也会发生中风	66
为什么老年人患病后易发生意识障碍	67
何谓去脑强直及去皮层状态	68
哪些病人应及早预防脑梗死	69
不同部位脑梗死的临床特点是什么	71
周围性面神经瘫有何临床表现	72

	中枢性面神经麻痹有何临床表现	73
	什么叫假性球麻痹	74
	为什么有些脑血管病病人会出现假性球麻痹	75
	如何判定肢体肌力大小	76
	怎样鉴别脑出血和脑梗死	77
	观察脑卒中病人的心脏变化对判断预后有什么价值	78
	为什么有的脑血管病人会出现失语症	79
81	脑卒中后为什么会发生患肢肌肉萎缩	
82	为什么脑卒中病人易发生便秘	
84	脑动脉硬化症的临床表现是什么	
85	如何治疗脑梗死	
87	脑卒中后应如何紧急处理	
88	怎样护理脑卒中病人	
89	为什么脑血管病病人会出现癫痫	
90	如何观察和照顾癫痫病人	
92	为什么脑血栓病人可以出现肢体疼痛	

93	怎样预防动脉粥样硬化	
94	怎样预防高血压病	
95	怎样预防脑血管疾病复发	
96	怎样估计缺血性脑血管病的预后	
98	脑血流图对中风诊断有何意义	
99	何谓脑电图, 什么情况下需要做脑电图	
100	多普勒超声诊断中风有何意义	
101	什么是颅脑CT	
103	什么是核磁共振	
	做核磁共振检查应注意什么	104
	什么是脑血管造影及数字减影血管造影	105
	中风病人的脑脊液有何特点	106
	瘫痪患者如何护理	107
	康复锻炼有哪些原则	109
	中风病人如何进行运动功能障碍康复	110
	中风患者如何进行语言康复训练	110
	脑血管病人面瘫如何训练	112
	多普勒超声诊断中风有何意义	113

	腰穿会影响健康吗	114
	脑卒中患者为什么应减少盐分摄入	115
	脑血管病人为什么不能过多摄取动物 性脂肪	116
	脑血管病人为什么要充分摄取蛋白质	118
	脑血管病人为什么要有意识地摄取钙	119
	脑血管病人为什么要多食蔬菜和水果	120
	脑血管病人为什么要防止发胖	121
	适量饮酒能防止中风吗	122
123	多吃蔬果能预防中风吗	
124	为什么说“血浊”易中风	
125	多摄取钾与镁可预防中风吗	
126	经常偏头痛与中风有什么关系	
	为什么说右躺睡可减缓并预防心血管	
127	疾病	



何谓中风

中风又称脑血管意外，它的本质是脑部动脉或支配脑的颈部动脉发生病变，从而引起局灶性血液循环障碍，导致急性或亚急性脑损害。

人脑是人体的“司令部”，人们的一切活动均受脑子指挥。正常人脑子之所以能如此正常自如地支配着全身的一切活动，其原因是脑中有丰富的血管，血管内的血液供给脑子营养物质和氧气，带走废料和二氧化碳，使脑子保持健康状态。但当脑子某区域血管阻塞时，这一区域就产生缺血，使脑组织坏死，脑功能受损或丧失。当脑子某段血管破裂时，血液就溢出血管，此时一方面使血管远端缺血，另一方面溢出的血液会淤积在这一区域，使脑子产生水肿，压迫脑子，也同样使脑组织的功能受损或丧失。



中风如何分类

可分为出血性、缺血性和混合性中风。

● 出血性中风：又包括脑实质出血和蛛网膜下腔出血，可为原发性，也可脑实质出血破入脑室或蛛网膜下腔而成为继发性蛛网膜下腔出血。

● 缺血性中风：根据栓子来源分为脑血栓形成和脑栓塞。尚有腔隙性梗塞、短暂性缺血性发作、可逆性缺血性神经功能损害、慢性皮质下脑炎。

● 混合性中风：可为出血后梗塞或梗塞后出血。

● 其他少见的脑血管病如烟雾病、脑静脉栓塞、海绵窦血栓形成。





中风是否有先兆

答案是肯定的。中风的先兆症状包括：

● 有高血压、动脉硬化病史的人突然出现头痛、头晕、眼前发黑或头痛固定在一侧伴有对侧肢体的麻木、无力，常预示出血性脑血管病的发生。

● 反复发作的说话不清、视物模糊、一侧肢体麻木无力，是颈内动脉系统短暂性脑缺血的典型表现，此时预防脑血栓形成就刻不容缓了。



中老年人突然视物旋转、耳鸣、呕吐、取物不准，四肢麻木无力且反复发作，是椎基底动脉供血不足的表现，预示该系统将要发生严重的缺血性脑血管病。

心脏病：有心律失常时，如风湿性心脏病出现房颤时，左心房内的栓子极易脱落进入脑动脉而发生脑栓塞。



青年人会中风吗

青年人也会中风，但发病率远远低于老年人。40岁以下发病只占1%~2%。青年人中风以缺血性为多，笔者见到最年轻脑梗死病人只有9岁。当然也有很多出血性中风患者。他们病因和老年人不同：缺血性中风多以脑栓塞为多，可找到栓子来源；还有一些自身免疫疾病患者，如造成动脉损伤，也会引起脑梗死，如系统性红斑狼疮、结节性动脉炎等；再就一些寄生虫病，如钩端螺旋体感

染、梅毒，也可引起动脉炎而致脑梗死。出血性中风则以先天性动脉瘤或动静脉畸形为多。所以年轻的脑出血患者应常规做脑血管造影检查以及早发现先天性动脉瘤或动静脉畸形而争取手术。



低血压会中风吗

一般人认为中风是高血压的事，认为自己血压不高就可以高枕无忧了。这种看法不对。首先中风机制复杂，血压的变化是引起中风的因素，其他如血小板集聚度高、颈动脉硬化等也直接与中风有关。其次，血压低可引起脑灌注压低，也会造成脑缺血。所以在临床上，我们不把中风急性期病人血压降得过低，一般在 200/95 毫米汞柱时才做降压处理。通常维持在 160/90 毫米汞柱左右是合适的。



家里有人中风怎么办

通常脑出血病人起病急，病人刚刚还谈笑风生，眨眼间突然跌倒，出现昏迷、半昏迷状态。家属是否及时正确地处理，可影响病人预后，所以掌握一些中风急救知识十分重要。

- 保持镇静，迅速联系医师或救护车。
- 掌握正确搬运病人方法，不要急于把病人扶起，应2~3人同时把病人平抬到床上，略抬高头部，避免大的震动。
- 把病人头部偏向一侧，解开衣扣，去除假牙，拉出病人舌头，防止窒息。
- 要尽快就医，防止不必要的搬动。

