

上海仁济医院神经科主任李焰生——

止痛片对神经痛无效

健康时报记者 刘桥斌

背景：由辉瑞制药医学部举办的“亚洲第一届神经病理性疼痛大师论坛”近日在北京举行，来自亚洲多个国家100余名专家汇聚一堂，交流先进的神经痛治疗经验，提高并规范神经痛诊治水平。

“很多老百姓痛了就吃止痛片，把胃吃穿孔了都不知道止痛片对神经病理性疼痛是没有效果的，很多医生也犯这样的错误。”上海交通大学医学院附属仁济医院神经科主任李焰生教授说，一些带状疱疹后神经痛、三叉神经痛等病人真是活受罪。

神经病理性疼痛，简称神经

痛，是指损害或疾病累及到躯体感觉系统后引起的疼痛，分为外周性和中枢性两种。全国疼痛诊疗研究中心主任、中华医学会疼痛学分会主任委员、中日友好医院疼痛科主任樊碧发教授介绍，神经痛的发病率较高，在普通人群中的发病率约为7%。带状疱疹后神经痛和糖尿病外周神经痛是最常见的两种类型。其他还包括坐骨神经痛、三叉神经痛等。

李焰生教授说，止痛片在医学上叫做非甾体抗炎药，主要是通过抗炎症的机制减少疼痛，对伤害性的疼痛，比如关节炎的疼痛、局部外伤的疼痛，效果好，但神经病理性疼痛病因是神经系

统的损害，是没有作用的。

神经病理性疼痛是从周围神经到中枢神经的各种病变都可以，目前对神经病理性疼痛治疗有特异性，效果比较好的就是两类药物，一类是以普瑞巴林为代表的抗惊厥药，它治疗神经痛特别好，是首选药。另一类是抗抑郁药，抗抑郁和焦虑的药是通过调节体内的神经递质，比如去甲肾上腺素，这些神经递质不仅仅参与情感调节，抑郁、焦虑的时候递质是下降的，用药补充它就上来了，同时因为递质下降会使得体内对疼痛的抑制作用减少，疼痛信息的传入多，所以抑郁焦虑病人容易伴随有疼痛的状况。

四军医大西京医院：

治疗一例罕见病患者

第四军医大学西京医院成功为一颅内巨大陈旧性血肿合并巨颅症患者实施了手术。患者今年16岁，出生40天时不慎摔伤头

部，当年没及时治疗。术前症状：有一年经常性癫痫发作史，头颅畸形增大，右额顶部颅骨向外膨胀突起。（任伟锋 温 凯）

七旬老妇 每天小便30次

每天小便8次以上要排除间质性膀胱炎

每天小便30次，其中晚上就有10次。一位69岁老太太饱受“尿频”困扰，家门不敢出，晚上没个安稳觉。她曾经吃了一大堆药，仍不见好，这种折磨长达7年，尤其是最近两年，小便变得更加频繁。

据老太太介绍，“小便来又急又疼，憋不住、忍不得。”最近两个月又添了新毛病，小便时还伴随着刺痛。从家里坐车到医院就诊时，短短十多分钟的车程，就得中途下车解手。

她四处求医，中医、西医，各大医院里四处折腾，但都没有效果，也不能确诊她患上什么病。直到最近在厦门大学附属第一医院泌尿外科就医，才查出是间质性膀胱炎。

间质性膀胱炎的发病率为十万分之八，其发病机制目前仍不明确，是难治性疾病之一。

厦门大学附属第一医院泌尿外科邢金春：间质性膀胱炎有两大特征：尿频尿急和下腹痛。目前主要认为是由于自身免疫性疾病而引起膀胱黏膜功能障碍。缺少了黏膜保护，尿液直接刺激膀胱黏膜下组织，引起膀胱壁功能障碍，膀胱容量变小，出现尿频尿急尿痛。正常情况下一天小便超过8次以上，而且伴随腹部疼痛，一定要尽快就医，排除间质性膀胱炎。（高树灼 罗 超）

■有备无患

中国中医科学院望京医院：

防网球肘 变“顽固”

中国中医科学院望京医院骨关节科副主任医师 蒋科卫

网球肘的医学名词叫肱骨外上髁炎，严格来讲就是指过度使用腕伸肌腱引起的慢性炎症。而某些人出现相同位置的疼痛则是肌腱起点的“拉伤”导致的出血，这时的处理原则就是止血→休息→肌腱损伤修复，主要是冷敷和固定，如果热敷和继续活动就可能真成了“网球肘”。

避免网球肘变成顽固性，我建议发病早期尽量不要接受激素封闭治疗，可通过休息、理疗、中药、改变运动方式和生活方式来缓解疼痛。其次，还要分清是否是外伤性的肌腱损伤。小针刀的治疗原理是局部减压，只是点刺，不能做切割，防止将肌腱纤维完全切断。顽固性网球肘一般只能手术治疗，局部麻醉，但是恢复期至少3个月，在所有方法无效时可以选择手术。

中国中医科学院西苑医院：

看中医 未必先吃药

中国中医科学院西苑医院消化科 李 博

一位20岁的年轻女患者来到我的门诊，主诉是便秘一个月，胃肠不适10天。她跟我说，胃不痛，就是难受。她的生活很不规律，吃饭时还要加个冰激凌，还特别喜欢吃辣的。

我仔细分析了她的病情，告诉她，主要的原因就是生活不规律，缺乏运动。对于便秘来说，主要是一个身心疾病，和体质以及生活习惯很有关系。

治疗措施：第一，禁止进食辛辣刺激性食物，例如水煮鱼之类的。第二，每晚用热水烫脚10分钟以上，最好请别人按摩脚底15分钟，同时按照消化道的顺序按摩腹部15分钟。第三，早晨起来，首先饮用凉开水（蜂蜜水更佳）一杯，立刻奔向厕所，有没有便意都在厕所坐着或蹲着，养成习惯很重要。第四，参加运动，每周3次为宜，每次一小时。

我跟这位女患者讲，这些就是她的处方，按照这个疗法坚持下去，就会逐渐恢复正常。她很惊奇。其实，诊疗并不等同于开药，医生也仅仅是个开药的。医生的价值在于把握患者的状态，进而找出最适合的诊疗方案。

春季养心护脑。辅酶Q10为健康保驾护航

欧洲标准 辅酶Q10

天然辅酶Q10为原料，先进的GMP车间生产
微生物技术提取，最高限度保存其活性，吸收快
含量高、效果更显著，性价比高于同类产品

38元

买5赠1 买10赠3

【规格】0.25g×60粒/瓶
市场价：198元/瓶

春季，中老年人补充辅酶Q10势在必行

春季冷热交替，昼夜温差大，多变的气候使老年高危人群的体温调节能力及血管的弹性降低，心绞痛容易频繁发作，心肌梗死、中风的几率大大增加。此时应及时补充辅酶Q10，使心脏脉动能力快速恢复，心脏更强劲，循环更通畅，从而对突发性心脏病起着预防作用。

“三高”辅酶Q10用过才知道

日前市场上辅酶Q10产品鱼目混珠，到底吃哪一种最合适呢？“三高”辅酶Q10指的是什么，专家指出，选购辅酶Q10一看标准、二看性价比、三看口碑。绿健网辅酶Q10就具有“三高”特征：生产标准高（**欧洲标准、多重认证**）、性价比高（**高浓缩仅38元，一粒顶3粒，一瓶省下近百元**）、复购率高（**吃过的都说好，回头客多**）有了这“三高”的辅酶Q10，不难理解消费者复购率为什么会这么高了！不管是送父母、送亲友、还是自己吃，绿健网辅酶Q10都是您的健康上选。

买贵了来这里38元真实惠

“买东西都图一个踏实、放心，更何况是自己吃的保健品。高标准、高浓缩的辅酶Q10我已经吃了大半年了，心脏老毛病再也没发过了，吃完了就定，每次都得提前一个月说，不然害怕订不到呢……”

400-660-9188 满150包邮

网订：www.xclly.com
同有绿健网“绿健网”标志
【北京市产品评价中心】评为北京市优质产品
【国际营养保健学会】会员单位