

10月18日是世界镇痛日,疼痛专家提醒:

疼痛是种病 千万莫硬撑



10月18日上午,市二院疼痛科在门诊大厅开展义诊活动

□记者 魏应钦 文/图

每年10月的第三个星期一是“世界镇痛日”,中华医学会将每年10月的第三周定为“中国镇痛周”。10月18日上午,市医学会疼痛分会主任委员、市第二人民医院疼痛科主任程振伦告诉记者,免除疼痛是医师的神圣职责,疼痛治疗如今已形成成熟的专业体系,疼痛科医师运用其独特的专业技术和理论,对各类疼痛施以特殊的治疗,使药物直接作用于病变部位,取得一般治疗无法取得的疗效,又可以有效减轻药物的不良反应。

程振伦表示,疼痛是一种令人不愉快的感受,也是疾病和创伤的症状和信息。疼痛感觉和疼痛反应在不同的人或同一个人不同环境、不同生理和心理状态下的表现必然存在差异,这就决定了诊疗手段的多种多样。因此,综合治疗是疼痛治疗的重要特征。大量研究表明,有效的镇痛不仅可解除病人的恐惧心理和精神痛苦,防止高血压、心动过速、心律失常和心肌缺血,降低心肌梗死的发生率,还可促进机体功能的恢复。

疼痛要去疼痛科看

程振伦说,日常生活中很多患疼痛的病人认为哪里疼痛就去躯体部位相关科室就诊,比如腹痛去消化内科、

带状疱疹性疼痛去皮肤科、面部疼痛去神经内科等,其实很多疼痛类疾病需要去疼痛科诊疗。疼痛包括头痛、神经痛、骨关节痛、软组织疼痛、内脏性疼痛、缺血性疼痛、癌性痛及良性肿瘤引起的疼痛等多个方面。

“日常诊疗中,不少患者认为疼痛门诊治标不治本,这个认识是对疼痛门诊的最大误区。”程振伦说,目前国内疼痛专科兴起较传统的内科、外科较晚,甚至有些医生也不了解疼痛医学,许多人还认为“疼痛仅是一种症状”,很多患者疼痛很重,却很少想到疼痛治疗。而目前二级以上的医院多建有正规化的疼痛专科和病房,为越来越多的患者解除了痛苦。其实,慢性顽固性疼痛本身就是疾病,疼痛治疗能解除病人痛苦,当然就是“治标又治本”。

有了疼痛莫要忍

程振伦表示,治疗疼痛需要患者坚持治疗,很多人治病心切,恨不得疼痛一下子就能完全消除。其实,治病需要耐心,慢性疼痛更需要耐心去治疗。对于某些疼痛,把疼痛减轻就算成功治疗。原因很简单,很多疾病都是无法完全根治的,比如糖尿病、高血压等疾病,目前没有办法治愈,只能是把血压、血糖控制在合适的水平。疼痛也是一样的道理,对病因无法根除

时,减轻症状就是最好的治疗。

很多人对疼痛存有不少错误认识,认为疼痛“忍一忍就过去了”“吃点止痛药顶顶就行”,只有在痛得无法忍受时才就诊,结果延误了病情;出现这样或那样疼痛时,又不知该到哪个科室医治,结果走了一大圈弯路才找对地方,错过了最佳治疗时机。老年人锻炼时要避免神经被损伤而发生疼痛,最好选择适量、柔和的运动,如散步等。尤其是体重较重的老人,他们的椎间盘容易受伤,要尽量避免剧烈的运动。

程振伦说,“疼痛”是每个人一生中体验最早、最多的主观感觉,是人体组织器官受损伤的主要信号。它作为一种保护性信号,使人躲避危险或去看医生。对于尚能忍受的慢性疼痛,许多人不把它当回事,能忍就忍。其实,疼痛不但使患者精神痛苦,劳动力丧失,生活质量下降,长期延绵不断的疼痛,还会使人体各器官系统的功能发生紊乱,免疫力低下而诱发各种并发症,大大缩短人的寿命。世界卫生组织已明确提出“急性疼痛是症状,慢性疼痛是疾病”。“头痛医头,脚痛医脚”是错误的,正确治疗方法是:在明确病因的基础上,通过对病因的治疗,清除炎性代谢产物,有效地改善局部的血液循环障碍,打断疼痛的恶性循环,达到长期完善的镇痛目的。

导读

感谢精心治疗与呵护
鲁山一老农
给总医院医护人员
送来6麻袋花生

[B2]

市妇幼保健院
“糖尿病营养一日门诊”:
精细化管理
护航母婴健康

[B4]

市计生科研所
不孕不育诊治中心:
宫腹腔镜
可探查不孕原因

[B5]

为抢救生命赢得黄金时间
市中医医院危重儿童
转运车投入使用

[B6]



健康视界



平顶山金融圈