

70多岁的赵老太患上带状疱疹,疼痛难忍,她问: 怎样才能缓解带状疱疹后神经痛



周一诊

如果您正在遭受疾病的困扰,如果您想寻求专家的帮助,拨打电话 13592191890,本报记者帮您问专家!

身边病例

70多岁的市民赵老太(化姓)一个月前开始感觉左侧头部疼痛,耳根附近出现了疱疹,经常疼得整晚睡不着觉。家人带她辗转医院神经内科、皮肤科和疼痛科等多个科室问诊,最后确诊为带状疱疹。剧烈的疼痛让赵老太备受折磨,她想知道这病到底去哪个科室就诊,如何治疗怎样才能缓解和远离疼痛。

析病因

新华区人民医院疼痛一科副主任、副主任医师田军涛介绍说,带状疱疹是水痘-带状疱疹病毒引起的急性疱疹性皮肤病,俗称“蛇胆疮”“缠腰蛇”,其特点是多在身体单侧发病,沿神经走向呈条带状分布,伴

神经痛是很多带状疱疹患者会出现的后遗症

有疼痛。该病常发于腰部,但也容易侵犯面部、下肢等部位的神经。带状疱疹的疼痛是由神经受损伤引起的,神经痛是很多带状疱疹患者会出现的后遗症,特别是一些老年带状疱疹患者。大多数患者的疼痛属于重度

疼痛,疼痛程度非常剧烈,就像电击、刀割或撕裂样发作痛,还会有异物感、虫咬感或流水感等自身神经感异常。该病发作时患者会休息不好,甚至连衣服也穿不成,痛苦不堪,严重影响生活质量。

说治疗

尽早到疼痛科进行规范治疗

“一旦出现带状疱疹后神经痛,一定要尽早到疼痛科进行规范化的综合治疗,有效控制疼痛,缓解伴随的睡眠和情感障碍。”田军涛说,许多患者的治疗可能是一个长期持续的过程,其中药物治疗是基础。治疗带状疱疹后神经痛的一线药物包括加巴喷丁、普瑞巴林等。另外,微

创介入治疗是药物疗效不足时的选择,具有精准化等优势。微创介入治疗是通过CT引导下的射频脉冲疗法,可给患者带来确切的疗效。该疗法有着常规治疗无可比拟的优势:经皮穿刺操作,风险小,损伤小;在CT引导下进行准确定位;不毁损运动神经,没有肢体功能活动障碍

等并发症;需要时可重复治疗,不会增加操作的难度和副作用。

田军涛提醒,近年来,带状疱疹后神经痛的患者呈增长趋势,神经痛的顽固性使患者备受折磨。尽早干预、规范治疗是预防带状疱疹后神经痛的有效方法。

(本报记者 魏应钦)

鹰城百次献血 英雄谱

耿为民: 献血超百次 为生命助力

人物名片

姓名:耿为民
献血次数:111次
献血量:28600毫升
点亮生命:点亮143人的
生命之光

□记者 杨岸萌 文/图

本报讯“听说最近咱市血源紧张,我捐献血小板的间隔时间也到了,所以今天又过来了。”上月29日一早,家住平安大道明珠世纪城小区的耿为民再次来到平声爱心献血屋,准备捐献血小板。

耿为民是市自然资源和规划局卫东分局的职工,也是一名退伍军人。“我当兵的时候驻地在江苏省无锡市,当时那里经常宣传无偿献血知识,知道献血对身体有益无害。”耿为民说,2004年,他偶然看到《平顶山晚报》上关于我市血源紧张的报道,就到矿工路中段的献血车献了400毫升全血。

有了第一次,就有了之后的100多次。刚开始献血那几年,耿为民每年捐献两次全血,2018年,他开始捐献血小板。捐献血小板间隔时间为半个月,他每年捐献在20次以上,其中有两年每年都捐了24次,曾两次获得全国无偿献血奉献金奖。

2007年前后,耿为民的父亲在平煤神马医疗集团总医院住院,因



耿为民(右)正在进行献血前的化验

为他常年献血,父亲得以免费输血800毫升。一次听到有人打电话说家里产妇大出血,急需B型血,他立马上前表示可以给产妇捐献,沟通后,他到市红十字中心血站捐献了400毫升血。

耿为民所在的单位每年都会组织职工参与无偿献血,他常常会拿自己做例子,给同事讲献血知识。前几年,有同事跟耿为民联系,说朋友家的孩子患了白血病,急需B型血小板,耿为民二话不说,给孩子定向捐献了血小板。

耿为民说,他身高1.71米,体重多年维持在70公斤左右;不抽烟不喝酒,早睡早起,能不熬夜就不熬夜;除了极其恶劣的天气,每天

走路5公里。

“工作日步行上下班,非工作日爬平顶山,闲暇时间约上三五好友骑行,平顶山周边的县(市、区)几乎骑了个遍。”耿为民说,他今年50岁,身体很好,这也为无偿献血打下了良好的基础。“只要身体允许,我会一直无偿献血,直到献不了的那一天。”

在耿为民的带动下,女儿18岁的成人礼是无偿献血,有邻居也在他的带领下加入献血队伍。“众人拾柴火焰高,有更多的人加入无偿献血的队伍,就能挽救更多人的生命。”耿为民说,希望社会上符合条件的人都能加入到无偿献血的队伍中来,为他人的生命助力。

柠檬水可以美白抗癌? 医生:平衡膳食更重要

□记者 王亚楠

本报讯 近期,柠檬因富含维生素C而备受青睐,为了提高免疫力,网友纷纷开始囤货。1月2日,朋友送给正在感冒中的市民王女士一兜柠檬,还发了柠檬水制作教程,嘱咐王女士多喝柠檬水可以打败病毒。王女士产生了疑问:“美白抗癌,提高免疫力……柠檬真的有网友说得那么神奇吗?”

市第二人民医院营养科主任温彩虹表示,柠檬中含有较丰富的维生素C、柠檬苦素、黄酮类化合物、类胡萝卜素和叶酸等成分,这些都是很好的植物抗氧化物质,对于没有基础性疾病的健康人群,柠檬确实有美白淡斑和提高免疫力的功效,但它只起到预防和保健的作用。其次,一个柠檬大约50g,所含的维生素C约100mg,通过口服柠檬水,人体所能吸收的维生素C非常有限。

对于柠檬可以抗癌的说法,温彩虹解释,“癌症患者应该到医院服用药物对症治疗”。虽然柠檬含有丰富的营养成分,但在抗癌这方面还没有直接证明,因此不要陷入误区。

温彩虹补充道,适当饮用柠檬水可以使人体吸收一定的维生素和微量元素。但柠檬中高浓度的果酸容易刺激胃肠道,影响消化功能,还可能引起尿液中的酸性增高,导致人体产生尿结晶,也就是尿结石。因此,胃酸过多、有胃炎或消化道溃疡的人不宜喝柠檬水。

温彩虹提醒,大家要理性消费,不要盲目囤柠檬,“饮用柠檬水要根据身体情况,注意适度原则。其实,每天平衡膳食,摄入足够的蔬菜水果,注意劳逸结合,基本上就可以满足人体对于维生素C的需要,改善皮肤状况,提高自身的免疫力了”。富含维生素C的蔬菜水果有西红柿、猕猴桃、草莓、青红辣椒、菜花、苦瓜、白萝卜、菠菜等,另外有一些野菜,如鱼腥草、野苣菜等,维生素C的含量也比较高,“人体每天维生素C的摄入量大概在100mg,吃两个猕猴桃就够了”。