

牙齿都拔光了 才被确诊为三叉神经痛

疼痛科专家在线科普止痛妙招

疼痛是一个与我们生活息息相关但往往又容易被忽视的体验。这个看似简单的感受，其实是身体发出的一个信号，背后可能隐藏着许多关于健康状况的信息。8月15日，浙大一院疼痛科彭志友副主任医师、北仑区人民医院副院长彭志友做客《甬上健康大讲堂》，在线科普疼痛相关的话题。



彭志友（左）做客《甬上健康大讲堂》

1/ 长期疼痛会引起一系列问题

“疼痛是由组织损伤或潜在组织损伤引起的不愉快感觉及情感体验，也是机体对有害刺激的一种保护性防御反应。”直播一开始，彭志友就解释了疼痛的定义。根据持续时间和性质，可分为急性疼痛和慢性疼痛。

“疼痛会对人体全身的器官和各个系统产生不利的影响，比如会引起患者精神兴奋、焦虑烦躁、寝食不安；疼痛时血压升高，心率加快，心脏负担加重，对老年、冠心病、高血压患者尤为不利；术后疼痛的病人不敢做深呼吸和咳嗽，容易发生肺炎和肺不张；疼痛还可能引起免疫功能下降等。”彭志友补充。

目前，疼痛科的诊疗范围主要分为四类：分别是神经痛、颈肩腰腿痛、晚期癌痛、其他类型痛。其中，神经痛是症状相对严重的一种，号称“天下第一痛”的三叉神经痛就是其中之一。

这种在三叉神经分布区内反复发作的阵发性剧烈疼痛多为单侧发作，出现撕裂样、电击样、针刺样、刀割样或烧灼样的剧痛，还可能伴有流泪、流涎、流涕或面部抽搐。每次发作持续几秒到几分钟，日常生活中的咀嚼、喝水、风吹、说话等动作都有可能诱发，严重影响生活。

在直播中，彭志友提到了这样一个病例。有位老人平时身体硬朗，但他的脸颊经常出现烧灼一般的剧痛，起初并未在意，但随着疼痛的频繁出现，该患者误以为是牙齿问题导致的脸颊疼痛，于是便选择拔牙，拔了一颗后疼痛并未缓解，直到牙齿全部拔光还是没有解决疼痛的问题，最终被确诊为三叉神经痛。通过治疗，该患者目前恢复良好。

三叉神经痛患者起初可服用药物，若无法有效缓解疼痛，可以采用三叉神经射频热凝术和微球囊压迫术，这些微创手术治疗效果好、操作创伤小，适用人群广，特别适合惧怕开刀手术的患者。

人们的生活质量与工作效率。和年轻人不同的是，老年人的颈肩腰腿痛和其机能退化有关系。虽说三分治七分养，但老年人的骨骼形态改变已经来不及，很难明显改善。所以，彭志友建议要从年轻时期加强锻炼，增强肌肉力量，减轻骨骼的负担，这样老了以后才能拥有健康的体魄。

2/ 年轻人头痛不在少数，根源在于日常习惯

头痛想必每个人都经历过，有些人可能是前一晚没睡好，第二天早上醒来头痛；有些人吹了风，也会头痛；还有些女性朋友经期也会头痛。彭志友解释，头痛也属于神经性疼痛，分为原发性和继发性。最常见的原发性头痛有丛集性头痛、偏头痛、紧张性头痛。而继发性头痛是可能激活头部疼痛敏感性神经的某种疾病的症状，一种或多种状况有可能导致。

“现在门诊中每天都有不少年轻人来看头痛，基本上集中在颈源性头痛，属于继发性头痛。大多数是由于长时间低头工作、看电子产品等不良生活习惯导致的神经性疼痛。”彭志友说，如果任其发展，还可能发展至眼、额、颞区，严重影响

人们的生活质量与工作效率。

人们的头痛，根源在于日常习惯。年轻人头痛不在少数，根源在于日常习惯。年轻人头痛不在少数，根源在于日常习惯。年轻人头痛不在少数，根源在于日常习惯。

3/ 半数肿瘤病人会出现癌痛

癌症作为严重威胁人类健康的重大疾病，它的存在往往也会伴随着癌痛。“一半的肿瘤病人会有癌痛，程度据其癌症种类有所不同。如骨转移、卡压神经、胰腺癌、肝癌等对神经有影响的癌症，大多都会痛。”彭志友说。

“有相当一部分的癌症患者对癌痛存在许多误区，如得了癌

症肯定会疼，能忍就忍，实在忍不住再吃药，或者只有剧烈疼痛时才能使用镇痛药，长期使用止痛药会上瘾，止痛药一旦出现呕吐、镇静等不良反应就要立即停药等。”彭志友说，这些误区让许多癌症患者并未遵从医嘱，导致癌痛难以控制。

事实上，癌痛患者可遵循医

嘱规律用药缓解疼痛，医生会根据病情及时调整。对于一些癌症晚期的患者，即使药物治疗已经不能满足患者的镇痛需求时，也可以使用区域阻滞技术、硬膜外自控镇痛、神经毁损阻断技术、鞘内药物输注系统镇痛等多种方式进行干预。

记者 陆麒雯 实习生 巫江涛

螃蟹配奶茶 吃出急性胃炎

医生：这4类人须慎食螃蟹

近日，黄女士（化姓）约好友在家旁边的饭店共进午餐。最近正值梭子蟹上市，两人一边品尝鲜美的螃蟹，一边喝奶茶，享受着轻松愉悦的聊天时光。然而吃完饭回家准备午休时，她感到上腹胀痛并伴随一阵阵恶心。家人赶紧将其送到宁波市中医院脾胃病科门诊就诊。

接诊的副主任中医师魏冬梅为黄女士进行了胃镜检查，结果显示为急性胃炎。结合其他血液检查和她的饮食史，魏医师诊断黄女士为消化不良。

魏医师向黄女士解释，此次不适的主要原因是将奶茶与螃蟹一同食用。她指出，奶茶中的绿茶含有鞣酸，当鞣酸与蛋白质相遇时，会形成鞣酸蛋白，这可能导致腹胀、便秘甚至形成胃石。因此，不宜将茶水与高蛋白食物（如螃蟹）同时食用。

随后，魏医师为黄女士制定了中西医结合的抑酸护胃治疗方案，并配合使用穴位敷贴，以理气和促进胃动力。第二天，黄女士的上腹部胀痛和恶心症状得到缓解。

魏医生提醒，螃蟹肥美，但不可贪吃，建议市民在食用时注意以下几点：

一是采用高温蒸煮的方式，现做现吃。确保螃蟹在100℃的高温中完全煮熟，以彻底消灭其中的细菌和其他微生物。

二是在享用螃蟹时，可以搭配姜丝、黄酒等温热食物一起食用。在增添风味的同时，黄酒能够有效地杀灭螃蟹脚和蟹腮中可能携带的细菌，而姜丝的温热特性有助于身体的消化吸收。

三是与紫苏叶同食也是一个不错的选择。紫苏叶味道辛辣且性质温和，归经于肺和脾，具有发散风寒、行气宽中的作用，而且，对于进食鱼蟹等海鲜河鲜可能引起的腹痛、呕吐、过敏等，紫苏能有效中和鱼蟹之毒，缓解不适症状。

她提醒，这4类人群须慎食螃蟹：

一是过敏体质者。螃蟹是引起过敏性反应的主要食品，如果是过敏体质，吃后有可能出现皮疹、瘙痒、咳嗽、哮喘等症状。

二是心脑血管病人。因蟹黄的胆固醇含量较高，故建议心脑血管疾病患者吃螃蟹时适量食用蟹肉，尽量不吃蟹黄。

三是高尿酸患者。蟹黄的嘌呤含量高，属于中嘌呤食物，高尿酸血症者，尤其是痛风患者少食用螃蟹。

四是脾胃虚寒体质者。螃蟹性寒，脾胃虚寒者吃必然损伤脾胃阳气，易引起腹痛、腹泻等消化不良等症。

记者 庞锦燕 通讯员 吴佳礼

拍卖公告栏

刊登热线：13884469746 姚

另外承接《宁波晚报》政府类、企业类、招聘等公告，欢迎垂询！

宁波市六禾拍卖有限公司

租赁权拍卖公告

受委托，本公司定于2024年8月29日上午9时30分（延时除外）在中拍平台举行拍卖会。

一、拍卖标的：位于北仑区大碇头路51号组培中心大楼3-4层房屋三年租赁权拍卖，3层建筑面积约1411㎡，4层建筑面积约1355㎡（详见公司网站发布公告）。

★房屋性质为科研用房，出租房屋不得私自转租。

二、标的展示时间：2024年8月27日至8月28日

三、报名登记手续：竞买人本人在中拍平台上注册、完成实名认证后报名，联系拍卖公司进行线下交纳保证金；报名、交纳保证金等手续必须于2024年8月28日下午4时前完成。

四、咨询电话：86864950 86860980

五、公司地址：宁波市北仑区新大路755号新锋商务楼三楼

宁波市六禾拍卖有限公司 拍卖公告

受委托，定于2024年9月10日上午10时在中拍平台（<https://paimai.caa123.org.cn>）以网络竞价的方式公开举行拍卖会，本次拍卖设有保留价，现将有关事项公告如下：

一、拍卖标的：6辆宇通牌大型旅游客运车（捆绑式，不包含原牌照），本次拍卖以评估价起拍，起拍价560160元，保证金18万元。

二、竞买条件：浙江省内凡具备完全民事行为能力的公民、法人和其他组织均可参加竞买。

三、咨询与看样：即日起接受咨询及预约看样。

四、看样联系人：13968333323 周先生

五、保证金缴纳：有意者请于2024年9月9日上午10时前单位凭营业执照副本及法人证明，个人凭身份证，在中拍平台注册、报名并交纳保证金，待后台审核后参与拍卖，保证金缴纳至账户（户名：宁波市六禾拍卖有限公司宁波办事处开户银行及账号：农业银行宁海支行39752001040015347）以实际到账为准。

地址：宁海县桃源中路121号

电话：0574-65518882 18368416862

未尽事宜详见拍卖会专场资料。