

神经病理性疼痛的诊断与治疗

□李亚

神经病理性疼痛是一种由神经损伤或神经系统功能障碍引起的疼痛，其特点包括自发性疼痛、烧灼感、麻刺感、锐痛或刺痛。这种疼痛可能持续存在，也可能间断发作，尤其在休息和夜间时加重，严重影响患者的日常生活质量。

神经病理性疼痛的诊断

病史与临床表现 详尽的病史询问是诊断的第一步，应详细了解患者疼痛的性质、部位、持续时间、诱发因素及缓解方式。典型的神经病理性疼痛特征包括自发性疼痛、痛觉过敏、异常性疼痛，这些特征对于初步判断疼痛类型具有重要意义。同时，注意询问患者是否伴有植物神经功能

紊乱的症状，如焦虑、抑郁、睡眠障碍，这些症状对于全面评估患者病情同样重要。

辅助检查 根据患者的具体情况，医生可能会安排一系列辅助检查以进一步明确诊断。对于继发性神经病理性疼痛，如由颅内肿瘤或脊髓病变引起的疼痛，CT(计算机层析成像)、MRI(磁共振成像)等影像学检查是不可或缺的。这些检查可以帮助医生定位原发病灶，制订针对性的治疗方案。对于原发性神经病理性疼痛，如带状疱疹后遗神经痛，虽然影像学检查可能无异常发现，但结合临床表现和查体结果仍可作出诊断。

神经病理性疼痛的治疗策略

药物治疗 药物治疗是管理神经病理性疼痛的关键。抗抑郁药和抗癫痫药是两类常用的药物。抗抑郁药通过调节神经递质水平，影响疼痛信号的传递和感知；抗癫痫药则通过抑制神经元的异常放电来缓解疼痛。此外，局部麻醉药如利多卡因和镇痛药如曲马多，也常用于缓解特定区域的神经病理性疼痛。

物理治疗 物理治疗在神经病理性疼痛的治疗中扮演着重要角色。热敷、冷敷、按摩和针灸等物理疗法有助于缓解肌肉紧张、改善局部血液循环，从而减轻疼痛。对部分患者而言，物理治疗

还能作为药物治疗的有效补充，提高整体治疗效果。

神经调控技术 随着医学技术的不断发展，神经调控技术在神经病理性疼痛的治疗中得到了广泛应用。神经电刺激技术，如经皮神经电刺激、脊髓电刺激和经颅磁刺激，通过电刺激特定神经区域来缓解疼痛。腔内药物输注技术则通过直接向疼痛区域输注药物来实现局部治疗。这些先进的神经调控技术为神经病理性疼痛患者提供了更多元化的治疗选择。

微创治疗 对部分难治性神经病理性疼痛患者而言，微创介入治疗可能成为一种有效的治疗

手段。射频治疗、神经损毁治疗等微创技术通过破坏病变神经或调控神经活动来缓解疼痛。这些治疗方法具有创伤小、恢复快等优点，为患者提供了更为安全、有效的治疗途径。

神经病理性疼痛是一种复杂的慢性疼痛状态，其诊断和治疗需要综合考虑患者的病史、临床表现及必要的辅助检查。通过科学的治疗和管理，大多数患者的疼痛症状可以得到有效缓解，从而提高生活质量。因此，对神经病理性疼痛患者而言，及时就医、积极配合治疗是非常重要的。

(作者供职于山东省菏泽市鄄城县人民医院)

什么是恙虫病

恙虫病是一种由恙虫病东方体引起的急性传染病，又被称为从林斑疹伤寒。恙螨传染立克次体病，传染源主要为鼠类，以恙螨幼虫为传播媒介，恙虫病特征性临床表现为发热、焦痂、局部淋巴结肿大、皮疹，还可诱发全身毒血症、器官炎性病变。因此，早期诊治具有重要意义。

恙虫病具有显著的季节性、地区性特点，5月~11月为易发季节，6月~8月为发病高峰期，主要发病地区是东南沿海一带。随着城市绿化建设进程，北方地区也存在发病率逐步上升趋势。经常暴露在户外的群体、野外劳动者、常到户外旅游的人员为高危人群。

如何识别恙虫病

发热、头痛 起病急，发热，体温可达39摄氏度以上，呈弛张热型，常伴有畏寒或寒战、头痛、全身酸痛、乏力、食欲减退等急性感染症状。

特异性的焦痂或溃疡 叮咬后的部位局部会出现充血水肿，形成小水疱，水疱中央坏死充血，则形成圆形黑色焦痂，周围红晕，当痂皮脱落时，形成无痛性溃疡。大多数患者为一个焦痂，极少数身上可见多处焦痂。焦痂可分布于躯干、四肢，也可分布于腋窝、腋窝等隐蔽位置，当出现这种情况，应积极配合医生进行检查。

淋巴结肿大 在发烧之前，叮咬部位附近可触摸到肿大的淋巴结，小的如黄豆，大的如鸽子蛋，表面光滑，可滑动，按压时有痛感。常见于腋窝、颈部、腹股沟等。

肝脾肿大 约10%~30%的患者出现肝肿大，约30%~50%的患者出现脾肿大，质软，表面光滑，无明显触痛。

皮疹 在病程的4天~6天，常出现暗红色血性斑丘疹，大小直径约0.2厘米~0.5厘米，也有少数患者起病时或发病14天才出现，无痒感，先出现在躯干，再蔓延到四肢。

此外，随着病程的延长而病情加重，可出现多器官功能损害和出血现象。

如何预防恙虫病

尽量避免长时间的户外活动，外出时，应避免身体暴露在地面或草丛上卧坐，避免接近可能有恙虫存在的灌木和丛林，如需进入草丛或灌木丛，应系好衣服领子、袖口以及裤腿，也可在暴露的皮肤和裤脚、领口或袖口上喷涂恙螨驱避剂进行防护。同时，及时拍打衣物，抖落附着的恙螨，可以减少被恙螨叮咬的概率。

户外活动结束后，应及时沐浴，更换衣物，重点清洗腋窝、颈部、腹股沟等处皮肤。

控制传染源 恙螨是恙虫病东方体感染人类的唯一媒介，消灭鼠类和恙螨是控制本病的重要措施。

恙虫病后，病情轻重不一，临床表现多样，且潜伏期4天~20天。患者一般没有前驱症状，起病较为急骤，表现为不明原因发热、头痛、食欲不振、恶心呕吐、皮疹、焦痂、淋巴结肿大等，如出现以上症状时，应及时就医，早诊断早治疗，以免错过最佳治疗时机。

对于有恙螨叮咬或者野外活动者，一旦出现疑似症状或体征，要尽快到正规医疗卫生机构就诊，最好到感染性疾病科就诊，并告诉医生野外活动史。

如何治疗恙虫病

恙虫病的治疗首选四环素及氯霉素类立克次体感染治疗，阿奇霉素、莫西沙星等也有一定的治疗效果，同时根据合并脏器损伤的部位和程度，给予相应的对症处理。

(作者供职于广东省中医院/广州中医药大学第二附属医院)

高血压病的预防方法

□王庆国

在当今社会，高血压病已成为一种常见的慢性疾病，严重威胁着人们的健康。因此，正确认识高血压病，对于我们维护自身健康非常重要。

高血压病即血压升高，是指以体循环动脉血压增高为主要特征，收缩压 ≥ 140 毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)，舒张压 ≥ 90 毫米汞柱，可伴有心、脑、肾等器官的功能或器质性损害的临床综合征。血压是指血液在血管内流动时对血管壁产生的压力。心脏收缩时，血液从心脏流入动脉，此时动脉内的压力最高，称为收缩压；心脏舒张时，动脉血管弹性回缩，血液仍在缓慢流动，此时动脉内的压力最低，称为舒张压。

正常情况下，人体的血压会在一定范围内波动，以适应不同的生理需求。然而，当血压长期持续升高时，就会对身体各个器官造成损害。高血压病长期得不到有效控制，会损伤血管壁，增加心脏负担，导致动脉硬化、冠心病、心肌梗死、脑卒中(中风)、肾功能衰竭等多种严重并发症。此外，高血压病还可能影响视力、认知功能及生活质量。

高血压病的诊断

高血压病的诊断与检测主要通过血压测量来完成。在未使用降压药物的情况下，非同日三次测量血压，若收缩压均 ≥ 140 毫米汞柱，舒张压均 ≥ 90 毫米汞柱，即可诊断为高血压病。检测方法包括诊室血压测量、24小时动态血压监测及家庭自测血压。诊室测量需患者安静休息后，由专业人员进行；动态血压监测则记录24小时血压变化；家庭自测则便于患者自我监控。综合多种方法，确保准确诊断，及时干预治疗。

高血压病的预防

健康饮食 控制盐分的摄入量，每日食盐量不超过5克；增加富含钾、钙的食物摄入量，如新鲜蔬菜、水果、全谷物和乳制品；减少高脂肪、高胆固醇食物的摄入量，如肥肉、动物内脏等；适量摄入优质蛋白质，如鱼、禽、蛋、奶等。

适量运动 每周至少进行150分钟中等强度或75分钟高强度的有氧运动，如快走、慢跑、游泳、骑自行车等。运动有助于控制体重、降低血压和改善心肺功能。

控制体重 保持健康的体重范围，避免肥胖。超重和肥胖是高血压病的重要危险因素，通过合理的饮食和适量的运动来控制体重，有助于降低血压水平。

戒烟限酒 吸烟和过量饮酒都会增加高血压病的风险，应尽早戒烟并限制酒精的摄入量。男性每日酒精摄入量不超过25克，女性不超过15克。

心理平衡 保持积极乐观的心态，学会压力管理，避免长期精神紧张和焦虑。可以通过冥想、练瑜伽、阅读等方式来放松心情，减轻压力。

定期体检 定期测量血压，了解自身血压状况。对于具有高血压病家族史、年龄较大、肥胖等高危人群，更应加强血压监测。

高血压病虽可怕，但我们可以通过科学的认知、积极的生活方式干预和必要的药物治疗，将血压控制在安全范围内，为健康保驾护航。

(作者供职于山东第二医科大学附属医院)

秋季感染性腹泻的用药选择

□胡雨

在秋季，感染性腹泻高发，给人们的生活带来了一定的困扰。感染性腹泻通常由细菌、病毒或寄生虫引起，其症状包括腹泻、腹痛、恶心和呕吐等，给患者带来不适和不便。为了有效缓解和治疗这一症状，西药和中成药成为主要的治疗选择。

西药

诺氟沙星 诺氟沙星是常见的喹诺酮类抗生素，主要用于治疗敏感菌引起的尿路感染、前列腺炎、肠道感染等。在秋季，感染性腹泻的病例增多，诺氟沙星作为一种有效的抗菌药物，能够有效抑制病原体的生长和繁殖，从而减轻腹泻症状。但需要注意，孕妇、哺乳期妇女以及18岁以下的青少年应避免使用该药物。

地衣芽孢杆菌活菌颗粒 地衣芽孢杆菌是一种维护肠道微生态平衡的制剂，尤其在秋季感染性腹泻的治疗中发挥重要作用，对于轻度感染的患者，能有效缩短病程，减轻患者的痛苦。然而，需要注意的是，

当与抗菌药物同时使用时，地衣芽孢杆菌活菌颗粒的疗效会被削弱。因此，在使用地衣芽孢杆菌活菌颗粒进行治疗时，患者应与医生充分沟通，遵医嘱服用，确保药物能够充分发挥作用，从而达到最佳的治疗效果。

地芬诺酯(止泻宁) 地芬诺酯，一种常用的止泻药，主要用于应对急性和慢性腹泻。在秋季，这种药物对于感染性腹泻的治疗尤为重要，能迅速缓解腹泻症状，减轻患者的痛苦和不适。然而，必须指出的是，长期使用地芬诺酯可能会引发药物依赖性，因此，仅在症状严重且持续时才推荐使用，患者应在医生指导下合理选用此药，避免不必要的风险。

蒙脱石 蒙脱石是一种常用的止泻药，具有吸附肠道毒素和保护肠黏膜的作用。对于秋季感染性腹泻，蒙脱石可以缓解腹泻症状，减轻患者的痛苦。但需注意，过量使用可能会引起便秘等不良反应，孕妇和哺乳期妇女应慎用。

中成药

葛根苓连片 葛根苓连片，一种具有清热解暑作用的中成药，主要用于治疗湿热泄泻和痢疾等症。在秋季，这种药物对于感染性腹泻的治疗具有显著的效果，能通过其清热解暑的作用来缓解症状，减轻患者的痛苦。然而，需要特别注意的是，孕妇在使用此药时应格外谨慎，避免对胎儿造成影响。

复方黄连素片 复方黄连素片，是一种常见的中成药，主要由黄连等中药组成，具有清热燥湿、止痢止泻的作用。对于秋季感染性腹泻，复方黄连素片能有效缓解症状，加速患者的康复过程，但需要得注意的是，对于脾胃虚寒的患者，此药应慎用。

胃脘宁 一种中成药，具有温中止泻、散寒止痛的功效。针对秋季感染性腹泻，胃脘宁通过其温中散寒的作用，能有效缓解症状，减轻患者的痛苦。孕妇要禁用此药。

(作者供职于河南省中牟县人民医院)

心脏健康管理的重要指标——肌钙蛋白I

□李晓辉

在我们身体的众多细胞中，心肌细胞无疑是其中最为核心的组成部分之一。它们负责着心脏的跳动，确保我们的生命活动得以正常进行。然而，当心肌细胞受到损伤时，如何及时发现并治疗，就显得尤为重要。在这里，我们要介绍的就是一个被誉为心脏健康管理的重要指标——肌钙蛋白I(cTnI)。

什么是肌钙蛋白I

肌钙蛋白I是心肌细胞中的一种重要蛋白质，主要作用是调节肌肉的收缩和舒张。它存在于心肌细胞的胞质中，当心肌细胞受到损伤时，肌钙蛋白I会被释放到血液中。因此，通过检测血清中肌钙蛋白I的浓度，我们可以间接了解心肌细胞的健康状况。

肌钙蛋白I与心脏健康的关系

诊断急性心肌梗死 急性心肌梗死是一种常见的心血管疾病，它会导致心肌细胞大量死亡。在心肌梗死发生后，肌钙蛋白I的浓度会在短时间内迅速上升，成为诊断急性心肌梗死的重要指标之一。通过检测肌钙蛋白I的浓度变化，医生可以及时发

现心肌梗死，为患者争取宝贵的治疗时间。

判断微小心肌损伤 除了急性心肌梗死外，一些心脏疾病如不稳定心绞痛、心肌炎等也会导致心肌细胞受到一定程度的损伤。在这些情况下，肌钙蛋白I的浓度也会有所升高，但通常不会达到急性心肌梗死的水平。因此，通过监测肌钙蛋白I的浓度变化，医生可以判断心肌损伤的程度和范围，从而制订更为精准的治疗方案。

预测心脏事件风险 肌钙蛋白I的升高程度还与未来发生心脏事件的风险密切相关。通过定期检测肌钙蛋白I的浓度，我们可以预测患者的心脏事件风险，提前采取预防措施。这对于降低心血管疾病的发生率和死亡率具有重要意义。

如何监测肌钙蛋白I

目前，主要通过抽血化验的方式进行监测肌钙蛋白I。在抽取患者的血液样本后，通过特定的检测方法(如免疫化学发光法)可以测量出血清中肌钙蛋白I的浓度。根据检测结果，医生可以判断患者的心肌健康状

况，并制订相应的治疗方案。

如何保护心脏健康

虽然肌钙蛋白I是一个重要的心脏健康指标，但保护心脏健康的关键在于预防。以下是一些保护心脏健康的建议。

保持健康的生活方式 包括均衡饮食、适量运动、戒烟限酒等。这些措施有助于降低心血管疾病的风险。

控制危险因素 如高血压、高血脂症、糖尿病等。这些疾病都是心血管疾病的重要危险因素，通过控制这些危险因素可以降低心血管疾病的风险。

定期体检 定期进行体检可以及时发现心脏疾病的迹象，为早期治疗提供机会。

总之，肌钙蛋白I作为一种关键指标，为我们揭示了洞察心肌细胞健康状况的窗口。通过监测肌钙蛋白I的浓度变化，我们可以及时发现心脏疾病的迹象，为早期治疗提供机会。同时，我们也应积极采取预防措施，保护心脏健康。

(作者供职于山东省聊城市人民医院)

艾滋病的传播途径与预防措施

□赵珍珍

艾滋病，全称为获得性免疫缺陷综合征(AIDS)，自被发现以来，给无数人的生命带来了巨大的挑战，也在社会中引发了诸多的误解与歧视。今天，让我们一同认识艾滋病，拥抱一个无歧视的世界。

艾滋病的基础知识

艾滋病是一种由人类免疫缺陷病毒(HIV)引起的慢性传染病。HIV主要攻击人体免疫系统中的淋巴细胞，导致人体免疫功能逐渐丧失，从而无法抵抗各种病原体的侵袭。

艾滋病患者往往死于由机会性感染引起的严重并发症或恶性肿瘤。

艾滋病的传播途径

艾滋病的传播途径主要通过以下3种方式进行传播。

性传播 包括异性性行为 and 同性性行为，尤其是无保护措施的行为。

血液传播 通过共用针具、注射器，或者接受含有HIV的血液或血液制品的输血，以及使用未彻底消毒的医疗器械进行侵入性医疗操作，血液传播是HIV感染的主要方式之一。

母婴传播 当HIV感染者怀孕、生产或哺乳时，存在将病毒传递给新生儿的危险。

预防措施

安全性行为 正确使用安全套，减少性伴侣数量，避免无保护性行为。

血液安全 拒绝非法采血、输血，确保医疗器械经过严格消毒。

母婴阻断 携带HIV的孕妇应接受规范治疗，实施母婴阻断措施，降低婴儿感染风险。

避免不安全的医疗实践 为确保医疗安全，请务必在合法且设备齐全的医疗卫生机构接受治疗。避免在非正

规场所进行任何医疗操作，以减少感染HIV等传染病的风险。

药物预防 对于高危人群，如暴露前预防(PrEP)和暴露后预防(PEP)药物的使用，可以在一定程度上降低感染风险。

认识误区与消除歧视

尽管艾滋病防治工作取得了显著进展，但社会上仍存在许多对艾滋病的误解和歧视。以下是几个常见的误区及纠正。

误区一，日常接触会传播HIV 实际上，HIV不能通过空气、水或食物传播，与HIV感染者握手、拥抱、共餐、共用厕所或浴室等日常接触都是安全的。

误区二，艾滋病是不治之症 随着医疗技术的发展，HIV感染者通过接受规范的抗病毒治疗，可以长期控制病情，延缓疾病进展，提高生活质量，甚至实现近乎正常的生活预期寿命。

误区三，HIV感染者都是“坏人” HIV感染不分年龄、性别、职业、社会地位，任何人都可能成为感染者。将HIV感染者与道德败坏相联系，是对他们极大的不公和伤害。

消除对艾滋病的歧视，是构建和谐社会、促进人类健康的重要一环。我们需要从以下几个方面的努力。

加强科普教育 通过媒体、学校、社区等多种渠道，普及艾滋病防治知识，提高公众的科学素养和自我保护能力。

倡导平等尊重 尊重每个人的尊严和权利，不因HIV感染而歧视或排斥任何人。鼓励社会各界给予HIV感染者更多的关爱和支持。

(作者供职于山东省招远市人民医院)

心包疾病探秘：守护心脏的“外衣”

□朱涛

在人体中，心脏犹如一台不知疲倦的泵，日夜不停地为全身输送血液，维持着生命的运转。而你是否知道，心脏还有一件特殊的“外衣”，它就是心包。这件“外衣”虽然不像心脏那样备受瞩目，但却同样肩负着重要的使命，默默地守护着心脏的健康。

心包 是一个由纤维浆膜组成的双层囊袋，它就像一个柔软而坚韧的“保护罩”，包裹着心脏和出入心脏的大血管根部。心包的外层是坚韧的纤维层，它具有较强的韧性和保护作用，可以防止心脏受到外界的直接撞击和损伤。内层则是光滑的浆膜

层，其又分为脏层和壁层。脏层紧紧附着在心脏的表面，如同心脏的“贴身内衣”；壁层则衬于纤维层的内面，两者之间形成了一个密闭的腔隙，称为心包腔。正常情况下，心包腔内含有少量的浆液，起着润滑的作用，使得心脏能够在其中自由地跳动，减少摩擦和阻力。

然而，就像任何一个器官或组织一样，心包也可能遭受各种疾病的侵袭。心包疾病的种类繁多，常见的包括心包炎、心包积液、缩窄性心包炎等。

心包炎是心包常见的疾病之一，它可以由多种原因引起，如感

染、自身免疫系统疾病、肿瘤、代谢紊乱等。当心包发生炎症时，患者常常会出现胸痛的症状。这种胸痛通常较为剧烈，呈刺痛或压榨样疼痛，可放射至左肩、背部或颈部。此外，患者还可能伴有发热、乏力、咳嗽等全身症状。

心包积液 是指心包腔内液体异常增多的一种病理状态。少量的心包积液可能不会引起明显的症状，但当积液量达到一定程度时，就会对心脏的功能产生影响。患者可能会出现呼吸困难、心悸、胸闷等症，严重时甚至会导致心脏压塞。

缩窄性心包炎 则是一种慢性进行性疾病，多由急性心包炎迁延不愈而来。在这种疾病中，心包由于炎症反应而逐渐增厚、粘连，形成坚硬的瘢痕组织，使心包失去了弹性，如同给心脏穿上了一件“紧身衣”。这样一来，心脏的舒张和收缩功能都会受到严重的影响，患者会出现体循环淤血的症状，如水肿、腹胀、肝大、颈静脉怒张等。

对于心包疾病的治疗，会根据具体的病因和病情进行个体化的选择。对于由感染引起的心包炎，应及时使用抗生素进行抗炎治疗。在心包积液量较多，引起心脏压塞时，需要紧急进行心包穿刺引流，以缓解症状，挽救生命。对

于缩窄性心包炎，一旦确诊，通常需要进行手术治疗，切除增厚的的心包，解除对心脏的束缚，恢复心脏的功能。

除了积极治疗外，预防心包疾病的发生也同样重要。我们要养成良好的生活习惯，保持健康的饮食和适量的运动，增强身体的免疫力，预防感染性疾病的发生。同时，对于患有自身免疫系统疾病、肿瘤等可能累及心包的基础疾病患者，应积极治疗原发病，定期进行心脏检查，以便早期发现并处理可能出现的心包病变。

(作者供职于新疆医科大学第一附属医院)

恙虫病的识别与预防

□蔡鑫柱

恙虫病是一种由恙虫病东方体引起的急性传染病，又被称为从林斑疹伤寒。恙螨传染立克次体病，传染源主要为鼠类，以恙螨幼虫为传播媒介，恙虫病特征性临床表现为发热、焦痂、局部淋巴结肿大、皮疹，还可诱发全身毒血症、器官炎性病变。因此，早期诊治具有重要意义。

恙虫病具有显著的季节性、地区性特点，5月~11月为易发季节，6月~8月为发病高峰期，主要发病地区是东南沿海一带。随着城市绿化建设进程，北方地区也存在发病率逐步上升趋势。经常暴露在户外的群体、野外劳动者、常到户外旅游的人员为高危人群。

恙虫病具有显著的季节性、地区性特点，5月~11月为易发季节，6月~8月为发病高峰期，主要发病地区是东南沿海一带。随着城市绿化建设进程，北方地区也存在发病率逐步上升趋势。经常暴露在户外的群体、野外劳动者、常到户外旅游的人员为高危人群。