

三叉神经痛是一种发生于面部、口内等由三叉神经支配区域的剧烈疼痛，多发生于50岁以上的中老年人，是头、面部神经痛中较为常见的一种。三叉神经痛有哪些具体表现？如何治疗？10月27日，记者采访了潍坊医学院附属医院神经外科副主任医师高明清。

□潍坊日报社全媒体记者 常方方



当心三叉神经痛 面部剧痛如针扎

三叉神经痛发作时痛感剧烈

奎文区今年78岁的王先生侧面面部出现电击样疼痛已有1年时间。10月24日，王先生面部疼痛难忍到潍坊医学院附属医院神经外科就诊。考虑到王先生服用卡马西平药量大且已出现副作用，结合其高龄伴有多种基础疾病，医生为其进行了经皮穿刺微球囊压迫术，术后第二天，王先生疼痛缓解并出院。

无独有偶，潍城区67岁的李女士也备受三叉神经痛的困扰。有时正吃着饭，李女士面部会突然剧痛。为了防止病情加重，她坚持用药。“时刻提心吊胆，每次发作都特别疼，希望能治愈。”李女士担忧地说。

高明清表示，三叉神经痛典型的症状是面部出现电击样、针刺样疼痛，有时伴有灼烧感，临床特征为突然发

作、突然停止、间断发作，每次发作持续数秒至数分钟。发作时的疼痛感非常剧烈，让患者无法忍受。三叉神经痛往往由一些无害的刺激诱发，如刷牙、洗脸、吃饭、说话、面部遇冷空气、轻拂面部等。患者的面部可能会有一个特定的“点”，称之为“扳机点”，每次碰到它，疼痛就会发作。

三叉神经痛多由一根小血管压迫神经根部造成，但也有部分三叉神经痛没有明确的血管压迫或其他类型损害的证据。另外，颅内肿瘤、多发性硬化等也会引起三叉神经痛。三叉神经痛患病的男女比例约为1:1.7。有研究显示，高血压可能是三叉神经痛的危险因素之一，有偏头痛病史的患者也更容易罹患三叉神经痛。

可采取药物治疗或手术治疗

高明清称，大部分三叉神经痛患者需要进行医疗干预，治疗手段主要包括药物治疗和手术治疗。

药物治疗。治疗三叉神经痛最常用的药物是卡马西平和奥卡西平。药物治疗常见的副作用主要为头晕、嗜睡、注意力不集中等神经系统症状。

对药物治疗无效或者无法忍受副作用的患者，可以手术治疗。手术治疗分为开颅微血管减压术、介入治疗、放射治疗三种。

开颅微血管减压术：开颅将压迫三叉神经的血管移除或分离。这种方法针对病因治疗，术后患者面部麻木发生率较低，缺点是创伤相对较大，适用于明确或高度怀疑血管压迫神经，且身体情况较好的患者，是目前治疗三叉神经痛疗效最好和缓解持续时间最长的方法。

介入治疗：这类手术通过颅底的卵圆孔，利用脉冲射

频、射频热凝、球囊压迫等手段对三叉神经节进行功能调节或破坏，达到控制疼痛的目的。此方法创伤小、恢复快，主要缺点为术后面部感觉丧失、麻木的发生率较高，更适合高龄、身体条件较差、其他术式效果不佳或复发的老年患者。

放射治疗：通过伽马射线对三叉神经根部进行治疗。

据了解，目前三叉神经痛的所有治疗方式都有一定的复发率，患者在平时进行面部动作时，还是要多加留意，避免发作。日常生活中，三叉神经痛确诊患者要避免“扳机点”的刺激，包括做一些刺激动作和食用刺激食物等。三叉神经痛病程较长，患者在心理上应做好长期“战斗”的准备。疼痛性疾病容易造成患者心情压抑，家人应对患者给予足够的关爱，不要觉得患者“娇气”，更不要指责、埋怨。

健康宝典

得了风湿性多肌痛 听听专家怎么说

风湿性多肌痛多发于50岁以上的中老年人，平均发病年龄为70岁。女性患病的几率大约是男性的两倍，常伴有巨细胞动脉炎。风湿性多肌痛需要长期服用激素治疗，但需要注意激素导致的一些不良反应，如骨质疏松，需要防跌倒。10月26日，记者针对风湿性多肌痛的一些问题，采访了阳光融和医院老年医学科主任李云峰。

□潍坊日报社全媒体记者 常方方

风湿性多肌痛严重影响生活

李云峰表示，风湿性多肌痛临床症状包括一般症状和典型症状。一般症状有全身酸痛无力、消瘦、失眠、低热；典型症状有颈部、肩部和髋部肌肉的疼痛、僵硬，肌肉僵硬以早上最为明显。疼痛为持续性，严重时翻身、起床困难，上肢抬举困难，下肢下蹲、起立费劲，上、下楼梯困难。

风湿性多肌痛检查多有贫血、血沉增快、C反应蛋白增高现象。但要区别于多发性肌炎，多发性肌炎主要以身体无力为主，也表现为上肢抬举困难，蹲下、起立困难，严重时抬头困难、说话不清楚等，疼痛感较轻。多发性肌炎血清肌酶及肌电图会有异常，其病因除免疫因素外，还可能是恶性肿瘤。因此，若诊断为多发性肌炎，要做详细检查，是否有明显症状的恶性肿瘤。风湿性多肌痛还应与巨细胞动脉炎区别开，巨细胞动脉炎通常伴有头痛、一侧视力下降、颞部有压痛等。

高新区今年73岁的王先生半年前因为颈部、肩部肌肉疼痛，夜晚睡觉翻身也疼痛，遂到医院就诊，后被确

诊为风湿性多肌痛。经过治疗后，王先生症状有所缓解，睡眠质量也好了不少。“医生说，只要我坚持好好治疗，可以痊愈。幸好早去医院做了检查，假如再耽误下去就可能影响后续治疗了。”王先生说。

无独有偶，奎文区今年82岁的张女士每天早上抬胳膊洗脸都困难，有时候捡掉在地上的东西都很困难。家人带她到医院就诊，检查后确诊为风湿性多肌痛。

日常生活和治疗注意这些事项

李云峰提醒，风湿性多肌痛患者要注意保暖，因为受寒会造成机体免疫功能下降，血液留在重要器官，造成关节肌肉局部供血、供氧减少，所以降温时一定要添衣；注意饮食，营养均衡，多进食一些蛋白质丰富的食物，避免生冷、油腻、肥甘厚味等容易造成湿热内蕴的食物；注意休息，保证充足的睡眠；预防感染，不少患者经常服用激素、免疫抑制剂，免疫功能受到抑制，这时就很容易感染，加重病情；注意运动，运动可以维持肌肉的质量和功能、预防骨质疏松，但运动时要避免跌倒。

如果疼痛明显可短期服用止痛药，如塞来昔布等。治疗主要是泼尼松等激素治疗，小剂量长期服用，一般维持1年至2年。在服用激素期间，要经常检查血压、血糖等，同时还要防止骨质疏松，注意补充维生素D及碳酸钙等物质。如果胃酸分泌过多，可以加用泮托拉唑、雷贝拉唑等药物，服用多种药物的老人，少用奥美拉唑，因为它会影响一些药物的代谢。

通过及时有效的治疗，患者症状可迅速缓解，不会影响正常生活。如治疗不及时或治疗效果不佳，有可能迁延不愈或反复发作，复发和缓解常交替出现，需要长期坚持服药治疗才能得以控制，治疗期间要定期复诊。

骨质疏松危害大 如何防治看过来

随着人口老龄化的加剧，骨质疏松症已成为重要的公共健康问题。它是一种静悄悄的疾病，在你未察觉的时候发生、发展，甚至骨折。危险因素有年龄、女性绝经、家族史、吸烟、过量饮酒、内分泌紊乱、阳光照射不足等。症状有腰背疼痛或全身骨痛，身高变矮或驼背畸形等，甚至会导致椎体（胸椎、腰椎）、髌部（股骨近端）、前臂远端和桡骨近端等部位骨折。当我们发现骨质疏松时，应该怎么办？

可通过改善生活方式防治：

加强营养，均衡膳食。多吃富钙、低盐（5g/d）和高蛋白食物，建议每天摄入牛奶300ml-400ml或蛋白质含量相当的奶制品。

充足日照。皮肤直接暴露在阳光下，接受充足的紫外线照射，但要防止强烈阳光照射灼伤皮肤。

规律运动。增强骨骼强度的负重运动，包括散步、慢跑、太极拳等；增强肌肉功能的运动，包括重量训练和其他抵抗性运动，如下蹲动作。

养成良好生活习惯。戒烟、限酒，避免过量饮用咖啡及碳酸饮料。

避免跌倒。如清除室内障碍物，使用防滑垫、安装扶手等。

另外，可适量摄入骨健康基本补充剂。其中，元素钙的每日补充量为500mg-600mg。适量补充维生素D，可增加肠钙吸收、促进骨骼矿化、保持肌力、改善平衡和降低跌倒风险等。尽量避免或少用影响骨代谢的药物。

潍坊市人民医院创伤骨科 李保杰