

# 缠腰龙偏缠中老年人

50岁以上人群可打疫苗预防，增强抵抗力是根本



视觉中国供图

## 免疫力低下易发病

带状疱疹前驱期以局部疼痛、乏力、低烧等表现为表现，这一时期误诊率高。一般2到3天后皮肤开始出现成簇的水疱。水疱大小不等，水疱壁紧张发亮，里面液体澄清，外面红晕。水疱常常沿一侧周围神经呈带状分布，一般不超过身体中线。50岁以上老年人及免疫力低下的人群容易发病，其好发部位为肋间神经、颅神经、腰骶神经。体表常见到胸部、腰部疱疹，也可以见到胳膊、腿、眼、耳朵等部位疱疹。发生在胸部和头面部的疱疹比较凶险，容易引起心脏问题或者损害视神经及面部其他神经，引起视力、听力下降，甚至引起面瘫。发病期间伴有明显的神经痛，疼痛呈刀割样、电击样、针刺样或撕裂样。

## 带状疱疹痛感强烈

**水痘——**带状疱疹病毒在婴幼儿等无或低免疫力的人群中，经呼吸道黏膜入侵引起原发感染。初次感染带状疱疹病毒后，临床上呈隐性感染或表现为水痘，以后病毒进入皮肤的感觉神经末梢，持久地潜伏于脊髓后根神经节的神经元中。在抵抗力低下或劳累、感染等各种诱发因素的作用下，潜伏的病毒再次被激活，生长繁殖，而出现带状疱疹。

**水痘——**带状疱疹病毒侵袭局部神经，导致神经损伤，从而发生疼痛及麻木等感觉异常。感染带状疱疹病毒之后，虽然所有症状都在表面的皮肤上，但实际上，带状疱疹更是常见的累及神经的皮肤病。之所以感觉“痛彻心扉”，是因为你的神经也同时遭受了侵袭，而神经痛往往痛感更强烈。

## 带状疱疹分为多种类型

**水痘——**带状疱疹病毒主要存在于水疱里面的疱液中，其传播途径为“皮肤——空气——呼吸道”，水疱出现之前以及结痂之后没有传染性，而出现水疱后，尤其是水疱出现破溃，就具有传染性了。带状疱疹患者不需要特殊隔离，但应避免与儿童或免疫力低的人群密切接触。

**眼带状疱疹——**系病毒侵犯三叉神经眼支，多见于老年人，疼痛剧烈，可累及角膜形成溃疡性角膜炎。

**耳带状疱疹——**系病毒侵犯面神经及听神经所致，表现为

外耳道或鼓膜疱疹。膝状神经节受累同时侵犯面神经的运动和感觉神经纤维时，可出现面瘫、耳痛及外耳道疱疹三联征。

**其他不典型带状疱疹——**与患者机体抵抗力差异有关，可表现为顿挫型（不出现皮损仅有神经痛）、不全型（仅出现红斑、丘疹而不发生水疱即消退）、大疱型、出血性、坏疽型和泛发型（同时累及2个以上神经节产生对侧或同侧多个区域皮损）。

病毒偶可经血液播散产生广泛性水痘样疹并侵犯肺和脑等器官，称为播散型带状疱疹。

## 中西医结合治疗效果好

带状疱疹的治疗方法很多，中西医结合治疗是经典的治疗模式。西药治疗包括抗病毒治疗，常用药物包括阿昔洛韦、伐昔洛韦、泛昔洛韦等。止痛是治疗的关键，常用止痛药物有普瑞巴林等。还要注意服用营养神经的维生素B族或者甲钴胺等药物。在皮疹水疱明显时可配合外用药膏，预防感染或者促进水疱愈合。

中医治疗在整个疾病发展

过程中都非常重要，除了口服中药外，针灸等传统疗法疗效显著。在疾病初期水疱明显时，采用针刺局部围刺及拔罐放血疗法不仅可以有效缓解患者疼痛，而且可以明显减少水疱，大大降低感染几率，缩短疾病病程。

值得注意的是，一般带状疱疹痊愈后极少复发，但如果治疗不规范或者免疫力极低的人存在复发风险。

## 提醒

带状疱疹可通过直接接触传染，儿童、老人易感，对此病毒无免疫力的儿童被感染后，可发生水痘。因此带状疱疹患者需要与儿童、老人隔离。

带状疱疹患者需要注意清淡饮食，避免食用海鲜、羊肉等发物；注意休息，避免劳累。

带状疱疹侵犯到眼部可累及角膜，需要及时至眼科就诊治疗；侵犯到耳部需要至耳鼻喉科就诊。

## 有问有答

**Q:听说带状疱疹头尾相接了会要命，是真的吗？**

**A:一般带状疱疹是不会绕腰一圈的，多为单侧，不会出现双侧的情况。民间传言需要用墨汁画圈，圈住以免“头尾相接要命”的说法，其实不科学。一般疱疹面积很大或多发严重的带状疱疹，主要在身体免疫力比较差的病人身上出现，而“要命”的真正原因是其基础病以及感染引发的并发症所导致。**

**Q:得了带状疱疹多久能好？**

**A:病程一般为2至4周，水疱干涸、结痂脱落后会留有暂时性淡红斑。随着病情的向愈，疱疹的消退，神经的修复，其疼痛大多可以逐渐缓解，但因为神经的修复相对较慢，所以仍有一部分带状疱疹患者在皮疹全部消退后，仍留有皮肤的疼痛，需要一段时间的治疗才能减轻或完全恢复。**

而免疫力较差人群或治疗不及时容易遗留后遗神经痛。研究显示40岁以上带状疱疹患者带状疱疹后遗神经痛的发病率超过33%。后遗神经痛是指带状疱疹皮疹愈合后，疼痛持续1个月以上者，是带状疱疹最常见的并发症。后遗神经痛一般主要因为带状疱疹病毒侵犯神经，引起神经损伤，所以会出现皮疹附近的神经痛。

**Q:带状疱疹预防措施有哪些？**

**A:50岁以上中老年人群可注射疫苗。增强自身抵抗力是根本，正如中医学理论“正气存内，邪不可干；邪气所凑，其气必虚。”**

文/李娟娟

# 体检发现胆囊结石需要手术治疗吗？

胆囊结石是常见病、多发病，在普通人群中女性发病率显著高于男性，随着年龄增长，男性和女性的发病率都呈上升趋势。随着体检的普及，体检时超声发现胆囊结石是很常见的事。对于这些体检发现的无症状胆囊结石，并非都需要治疗，需要根据结石的数量、大小、胆囊壁的厚度、是否合并息肉或腺肌症以及有无其他伴随疾病区别对待。

**Q:什么样的胆囊结石需要手术治疗？**

**A:发生过胆囊炎或胆绞痛的患者是需要手术切除胆囊的。**

对于无症状的胆囊结石，存在下述情况时，建议手术切除胆囊：

结石充满胆囊导致胆囊液性暗区消失，失去功能；

胆囊结石伴胆囊壁增厚超过5mm；

胆囊结石合并胆总管结石；胆囊结石合并息肉且息肉大于5mm；

胆囊结石压迫肝总管或胆总管；

有不明原因的急性胰腺炎病史合并胆囊结石者；

结石超过3cm者；

结石病史10年以上或女性结石患者超过65岁者；

合并糖尿病或冠心病的胆囊结石患者。

**Q:不需要手术治疗的胆囊结石可以用药物治疗吗？**

**A:对于没有上述手术指征的患者，建议定期复查，如果有用药治疗的意愿，特别是结石小于1cm且没有钙化者，可以尝试服用熊去氧胆酸、复方阿嗪米特和利胆的中成药，部分患者可能会获得明显的溶石效果。**

**Q:胆囊结石患者平时需要注意什么？**

**A:发现胆囊结石以后，可以正常工作和生活，平时应注意一日三餐按时吃饭，避免经常不吃早餐或晚餐的情况；适当少吃高胆固醇和高脂饮食，但绝不是就不能吃了，平衡膳食对于满足身体需要是必须的，长期不摄入胆固醇和脂类食物会导致营养不良，而且饮食对于结石的发生发展以及诱发胆绞痛并非最主要的因素，因此不能盲目听信结石患者不能吃鸡蛋**

和肉等食物的错误言论。

特别要强调的是，结石患者需要每年复查超声，根据结果调整治疗方案。如果在观察过程中出现胆绞痛或胆囊炎要及时就诊。

**Q:胆囊结石不处理会怎么样？**

**A:大多数体检发现的胆囊结石都是不需要处理的，那么这些患者可能会怎么样呢？**

终生没有任何症状，不需要治疗；

间断出现右上腹隐痛、腹胀等不适，需要和消化道疾病鉴别，如果确认是胆囊结石引起的，应考虑手术治疗；

随访观察过程中发现结石充满胆囊、胆囊壁增厚超过5mm、发生胆绞痛或胆囊炎、结石掉入胆管甚至引起胆管炎或胰腺炎等问题，具备了胆囊切除的手术指征，应该考虑手术治疗。

文/高鹏骥