

“贴了块膏药怎么腰痛还加重了？”

市中心医院皮肤科主任倪幸提醒，抵抗力低下的中老年人应加强营养，避免受凉，预防带状疱疹

■朱嘉林

近日，30多岁的李女士因为腰肩酸痛自行贴了膏药后，腰侧长出了一堆密密麻麻、黄豆大小的水疱，刺痛、瘙痒以及腰侧神经麻木酸胀一同袭来，令她叫苦不迭。“贴了块膏药，怎么腰痛还加重了，是不是皮肤闷在膏药下，引起了皮肤过敏？”李女士来到市中心医院皮肤科就诊，向该科主任倪幸咨询。

倪幸解释称，膏药引起的过敏仅仅在贴膏药处及其周围，并不会遍布整个腰侧，因此，这些水疱并不是膏药引起的，而是典型的带状疱疹。倪幸介绍，在门诊中，经常遇到体弱的老年人（也有少数中青年人）因为带状疱疹来求助的，冬季以来，该科接诊的带状疱疹患者明显增多，每天均有数例。



专家简介

倪幸，衡阳市中心医院皮肤科主任，主任医师，任衡阳市皮肤科医疗质量控制中心主任。从事皮肤病临床工作20多年，熟练掌握皮肤科常见病、多发病及疑难危重患者的诊治。尤其擅长变态反应性疾病、自身免疫性疾病、大疱性疾病、皮肤肿瘤的诊治及重症药疹、过敏性休克的抢救与诊治。

长疱疹、神经疼痛，有可能患了带状疱疹

带状疱疹俗称“蛇缠腰”，是水痘一带状疱疹病毒感染引起的急性病毒感染性皮肤病，多发于春秋季节，临床表现为单侧神经区域的簇状红斑、水疱，常伴有针刺样或灼热样剧烈疼痛。中老年人、有基础疾病、恶性肿瘤患者以及免疫障碍患者是带状疱疹的高发人群。

值得注意的是，水痘一带状疱疹病毒是个狡猾的“敌人”，初次感染后，在幼儿身上常引发水痘；而在免疫力强的成年人面前，它则具有潜伏期，部分患者被感染后成为病毒携带者，但却没有临床表现症状。由于病毒亲神经性，感染后可长期潜伏于脊髓神经后根神经节的神元内，

当人体劳累、感染、感冒、抵抗力下降时，病毒就再次生长繁殖，并沿着神经纤维移至皮肤，使神经和皮肤产生炎症。

在皮肤没有长出红斑、水疱的情况下，这种病症常表现为患处疼痛，易被患者当做神经疼痛而忽视。很多带状疱疹患者在皮疹出现前常有疼痛、乏力、食欲差等，易被误诊为偏头痛、心绞痛、肋间神经痛、泌尿系结石、胆囊炎等，比如左侧胸部神经疼痛，常被误以为是冠心病；右侧胸部疼痛，常被当做胆囊炎。因为误诊或患者的忽视，带状疱疹患者常错过了最佳治疗时机，而老年人或体质差者容易留下后

预防和控制神经痛的关键在于早期积极治疗

倪幸表示，一般而言，带状疱疹若只有轻微症状，很有可能会在1—2个星期左右自愈，但是患者要是担心自愈性比较低的话，可以采用相应的办法进行治疗，一般治疗一个多星期的时间也会得到好转。

“治疗上，主要采取抗病毒的药物及对症、支持治疗来减轻症状。”倪幸指出，带状疱疹一定要注意早期规范治疗，建议没有禁忌症的中老年患者早期加用激素。此外，还有红光照射、氦氖激光等物理治疗，可减轻神经水肿和消除局部炎症，加快神经康复。

祁东县太和堂镇一位70多岁的王奶奶患了带状疱疹后在当地医院治疗，结果皮肤表面的皮疹虽然被治好了，但背部却总是出现电击一样的疼痛，而且疼痛感每天加剧，于是来到市中心医院皮肤科就诊。

倪幸判断王奶奶是带状疱疹引发的后遗神经

痛，通过营养神经治疗、针灸、光疗等联合治疗，为王奶奶缓解了神经疼痛。“有些人会采取艾灸火烘患处来清除水泡。”倪幸提醒，患者切勿迷信民间偏方，一旦治疗不及时，易导致后遗神经痛，有的患者在疱疹消退后疼痛会持续几个月，更有甚者后遗神经痛可以持续1—2年，因为神经的修复是个漫长的过程，所以后遗神经痛是非常顽固的。

据悉，带状疱疹后遗神经痛和三叉神经痛并列称为“疼痛之王”，临床表现为原发皮疹区或周边区域发生如同刀割一样或电击一样的痛感，伴随持续性烧灼痛，也可为仅有发作性痛。带状疱疹后遗神经痛是指带状疱疹皮疹愈合后持续至少1个月及以上的疼痛，由于外周神经根或干的神经损伤。由于长时间剧烈疼痛，患者多伴忧郁烦躁等精神症状。在皮肤损害区域，可见皮损后遗留的瘢痕、色素沉着或色素脱落。

“预防和控制神经痛的关键在于早期积极治疗。”倪幸强调，带状疱疹的神经疼痛要在早期足量地给予抗病毒药物治疗，从而有效抑制病毒复制、阻止病毒播散，减少对于神经的损伤。在该科，医师会根据患者具体的疼痛情况给予不同治疗方案。经过正规全面的对症治疗，很多患者都可以得到有效缓解。

“在带状疱疹感染之后2周时间，再用抗病毒药物作用就不大了，可能会错过阻止病毒复制的最佳时机。”倪幸提醒，因此，发生后遗神经痛时，一定要及时就医，避免耽误治疗，只有早发现、早治疗才能取得更好的治疗效果。带状疱疹后遗神经痛一旦产生，就要以止痛和营养神经的治疗为主。治疗神经痛，除了口服止痛药物和营养神经药物以外，还可以配合光疗、手术治疗，以及中医中药治疗。

提高免疫力，预防带状疱疹

倪幸提醒市民，日常生活中要保证一定量的蛋白质摄入，加强营养，注意休息，适度运动，来增强免疫力，预防带状疱疹的发生。此外，冬季要避免受寒，积极控制和治疗好

自身基础疾病。同时，一旦发现一侧躯体出现不明原因的疼痛时，要及时到正规医院皮肤科进行相关的诊断和治疗，切忌擅自贴膏药，以免耽误诊治时间。

在治疗期间，患者也一定要按照上述的建议养成良好的生活和饮食习惯，能加速治愈带状疱疹。此外，带状疱疹患者还应注意避免与易感儿童和孕妇接触，好好休息，保持皮损区干燥、洁净。

一碗“清营汤”送你“舌尖”上的清爽

市中心医院中医科主任戴建华提醒，舌痛的治疗需要辨证施治，不能一概而论

■朱嘉林

专家简介

戴建华，衡阳市中心医院中医科主任，副主任医师，毕业于北京中医药大学，从事中医临床10余年。中华中医药学会慢病管理分会委员，中国中医药信息学会膏方分会理事。2019—2020年参加“国医大师熊继柏教授承研习班”学习。擅长心脑血管、消化、呼吸、妇科、肿瘤中医药治疗。

“牙痛不是病，痛起来真要命”，其实，舌痛也是一种疾病。近代名医秦伯未《中医临证备要》载：“舌痛，饮食时舌部刺痛，除舌上生疮外，一般多由舌苔剥脱、碎裂和舌尖红刺等所致，属于阴虚及内热证候。”舌痛临床上以肺胃阴虚、心火热毒者多见，也有脾胃虚弱清气不升、血脉淤阻等证，治疗需要辨证施治，不能

一概而论，另外，心脑血管疾病也可能导致舌痛。近日，市中心医院中医科主任戴建华总结了两位舌痛患者的治疗经验，并提醒市民警惕舌痛。

李某，男，75岁，因“舌痛2年”于2020年5月19日来到该科就诊。据悉，患者2年前出现舌舐（舌头出血），经过中药治疗已痊愈，但遗留舌痛，而舌体并无溃疡，中西医

多方治疗无效，病历都有厚厚的两本了，在朋友的介绍下前来就诊。“舌头痛的感觉就像开水烫过，进食刺激的食物、夜间口干时疼痛更加重。”李某向戴建华诉说他的苦恼。除了疼痛，李某还出现口干、易怒，饮食、二便正常，夜寐正常，舌鲜红无苔如镜面（舌体未见破溃），脉弦大。李某既往有鼻病史，无高血压、糖尿病。

中医四诊合参，患者有舌舐病史，现舌仍红，并伴随有疼痛。“舌为心之苗”，考虑热在营分，于是戴建华予以温病名方“清营汤”加味治疗，无效。穷则思变，患者并有脉大、口干、舌痛如开水烫，气分证仍有，舌光无苔，阴虚水亏，故予以“加减玉女煎合益胃汤”气血两清兼养阴。服药九剂，症减三分之二，舌已不红，舌上已生少许白苔，继续治

疗直至痊愈。2020年12月15日，患者因鼻息肉术后中药调理来到该科门诊就诊，告知戴建华舌痛再未发作。

聂某，男，88岁，因“舌痛10+天”于2020年4月3日来到该科就诊。患者因舌痛在医院各科室之间辗转未果，后在口腔科行彩超检查提示为“颌下腺导管内结石”，医师告知其需手术治疗。患者年高惧怕手术，转求中医治疗。在中医科就诊时，患者告知戴建华舌根疼痛，伴少许灼热感，晚餐后加重，饮食、二便正常，舌质暗红，苔白厚，舌下络脉迂曲粗大，脉弦。既往有高血压、糖尿病、冠心病病史。

中医四诊合参，患者舌痛，舌下络脉迂曲粗大，淤血阻滞，不通则痛，予以“颠倒木金散合活络效灵丹”治疗，服药后疼痛缓解，继续治疗1个月后，疼痛未再发作。2020年12月，患者随访舌痛再未发作。



衡阳县计生协：三年蝉联“全省计生协重点工作优秀单位”

本报讯（通讯员 胡小敏）近日，湖南省计划生育协会下发《关于2020年度重点工作绩效评价结果的通报》，对2020年度全省计生协重点工作优秀单位进行通报表彰，全省8个市州、63个县(市)区获评“2020年度全省计生协重点工作优秀单位”，衡阳县名列其中，这也是衡阳县连续三年获此殊荣。

近年来，衡阳县计生协紧紧围绕全县卫生健康中心工作和国家、省、市计生协改革目标任务，主动融入乡村振兴战略，聚焦生育关怀和家庭健康。在疫情防控常态化和全面复工复产中，该县各级计生协积极参与，主动作为，贡献力量，统筹推进各项重点工作任务落实。3900余名计生协会员及志愿者24小时协助开展值守任务，劝导停办婚、丧、生、庆宴470余起；发放防控宣传单11万余份；村组张贴宣传标语2万余张、横幅1600余条；设立防控宣传专栏510个；配合相关部门对1.4万余流动人员进行了健康筛查，对疑似人员且均做好思想工作，严格管控。

协会主动参与“服务乡村振兴促进家庭健康，助力美丽乡村建设”志愿服务活动，承办了“2020年衡阳县科技活动周”系列活动，开展抗疫专家知识讲座、抗疫知识咨询、心理健康知识科普、居民医疗卫生素养科普等系列

八旬老教师：把爱和光明留在人间



通过手术，取出角膜

本报讯（朱嘉林）1月6日下午，湖南省红十字会角膜捐献爱尔眼科衡阳接收站收到通知，家住雁峰区苏眼井的一名老人不幸逝世，家属遵循老人的遗愿，希望能够捐献角膜，帮助失明者重见光明。

接收站的工作人员赶到老人家中后，家属强忍悲痛告诉工作人员，老人名叫陈锦玲，今年82岁。前几天进食时不慎异物进入气管，导致呼吸困难，后因治疗无效最终不幸离世。老人的儿子说，母亲是一位退休教师，教书时，一辈子都在努力把自己的学识传递给更多的学生，退休后离开了讲台，心中却依然饱含奉献的精神，便决定要捐献遗体。老人的儿子说，前几年父亲离世就已经完成遗体捐赠，母亲自己病倒后，弥留之际还在叮嘱我们要遵循她的遗愿，追随父亲的脚步，要把爱和光明留在人间。

了解到陈锦玲老人的情况，接收站工作人员向老人及家属表达了崇高的敬意，在举行简单而庄重的告别仪式后，衡阳爱尔眼科医院角膜眼表学科谢利斌医生顺利完成双眼角膜摘取手术，取出了两枚珍贵的角膜。随后两枚角膜被送往长沙爱尔眼库，完成匹配后，将被用于因角膜病致盲患者的角膜移植手术。

据悉，我国共有角膜盲症患者约500万人，其中每年新增患者约10万人，而我国每年接受角膜移植手术的患者仅5000—10000人。目前，我国角膜盲症患者数量庞大，然而受传统观念的影响及角膜捐献意识的缺乏，角膜捐献者少之又少，角膜材料稀缺是造成角膜盲症患者不能及时接受治疗的主要原因，很多人往往因为等不到角膜材料而只能在黑暗中生活。

衡阳爱尔眼科医院作为“湖南省红十字会角膜捐献爱尔眼科接收登记衡阳分站”，不仅为志愿者打通了捐献角膜的爱心渠道，更为很多因角膜病致盲的患者带来了复明的希望。有眼角膜捐献意向的志愿者可以通过向衡阳爱尔眼科医院提出申请，以签署捐献志愿书的形式，来实现捐献的意愿。