



## 带状疱疹后遗神经痛



临床上经常遇到患者来求助：“医生，我几年前就得了带状疱疹，皮肤上的红疹水疱早就好了，但是疼痛却一直都有，还越来越痛，止痛药都不管用了，针灸能治吗？”

答案是肯定的，带状疱疹后遗神经痛针灸有用；且早期针灸介入，能很大程度上减少后遗神经痛的发生概率。

带状疱疹是种常见的病毒感染性皮肤病，好发于春秋两季。初次或既往感染过的水痘-带状疱疹病毒潜伏在人体神经细胞中，在某些诱因（比如过度劳累、感染、外伤、熬夜、抵抗力下降等）的刺激下激活，大量复制，沿着脊髓后根神经通路向中心移动表现出较为剧烈的神经痛，同时释放到皮肤发生水疱。通常水疱沿神经呈带状分布，因而得名“带状疱疹”，民间又称为“缠腰龙”“蛇串疮”。

带状疱疹因误诊、漏诊，或未重视等致延误治疗，以及在治疗时免疫力低下，很容易留下后遗神经痛；严重疼痛持续长久，则会出现焦虑、抑郁等情绪问题，甚至自

杀。目前西医以抗病毒治疗为主。

中医认为，带状疱疹的病机主要为肝脾内蕴湿热兼感邪毒，因而针灸治疗该病的原则为：清热利湿、泻火解毒、活血化瘀止痛。在针对带状疱疹的治疗上，针灸积累了丰富的临床经验，且方法众多，最常见的有围刺、电针、火针、刺络拔罐，以及多种疗法相结合等，可以有效缓解疼痛、缩短病程、降低后遗神经痛的发生率。

**围刺法** 围刺法是指以病损处为中心，在病损处周边上下左右针刺的一种针灸方法。既可清泻邪热、疏散邪毒，又可多向疏通患部经络，使营卫通畅，达到“通则不痛”的目的。

**电针疗法** 电针疗法是将针刺入输穴得气后，在针具上通以微量电流，利用针刺和电流两种刺激结合起来治疗疾病的一种针灸方法。研

究发现用 2/100hz（赫兹）频率的疏密波，可以达到最佳镇痛效果。

**刺络拔罐** 刺络拔罐是用三棱针在局部点刺出血后拔罐的一种方法。源于《素问·皮部论》“凡十二经络脉者，皮之部也。是故百病之始生也，必先于皮毛”。可使体内的热毒、瘀血、湿热等邪气通过经脉——络脉——孙络——浮络泄除，从而控制病情病势的发展。

**火针法** 火针法是指将火针烧红后刺入穴位或病变部位的一种外治方法。它可以提高机体免疫力，同时局部温度升高，加快血液循环，改善局部新陈代谢，促进炎症组织的清除和正常组织的再生。

中南大学湘雅二医院中西医结合科 主治医师 周凡超

## 扁桃体周围炎的中医治疗

50岁的金阿姨因咽痛3天，伴进食喝水疼痛难忍，来到湖南省中医药研究院附属医院五官科就诊。

“医生，我喉咙痛，肯定是咽炎发作，好痛，吃东西和喝水都痛。”

“张开嘴巴检查看看。您左侧扁桃体及左侧软腭、悬雍垂都充血肿胀，是不是左侧更痛，还伴有咽部肿胀梗阻感。”

“嗯嗯，是的。”

“您这不是普通的咽炎，是扁桃体周围炎。”

很多人只听过扁桃体炎，没听过有扁桃体周围炎，这是怎么回事呢？湖南省中医药研究院附属医院五官科主任彭波介绍，扁桃体周围炎是发生在扁桃体周围间隙（扁桃体窝内结缔组织与咽缩肌之间）的一种局部蜂窝织炎，继而可形成化脓性炎症，成为扁桃体周围脓肿。扁桃体周围炎大多继发于急性扁桃体炎，尤其多见于慢性扁桃体炎屡次急性发作者。

扁桃体周围炎早期使用足量足疗程的抗生素和激素治疗，抗生素首选青霉素类和头孢类；对于扁桃体脓肿形成期，采取穿刺抽脓，对于有反复扁桃体炎病史，或既往发生过扁桃体周围炎的患者，炎症消退后采取预防性扁桃体切除术。

中医对扁桃体周围炎是如何认识和治疗的呢？彭波主任介绍：早在《内经·灵枢》中就有“痛发于咽中，名曰猛疽”的记载；因其位于咽峡关隘，《诸病源候论》提出的“喉痹”较为贴切，因此也被习惯称为“喉关痛”。本病总病机为肺经素有积热，复感风邪，风热相搏，痰浊内生，终致风、热、痰三者壅滞于咽喉而成痛。治疗大法应以清热解表、化脓消肿为主。临床根据其病变的不同阶段区别治疗，并采用内治和外治相结合的方法，以提高疗效。慢性咽炎发病部位为咽部黏膜、黏膜下及其淋巴组织，一般会有咽喉异物感、咽干、咽痒、咳嗽等不适感，该院中药制剂清咽利喉袋泡剂，治疗效果明显。

通讯员 钟常英

## 经常叹气需调理

叹气是情绪不好的表现之一。中医认为，叹气属于肝气郁结的范畴，经常叹气可以从以下几方面进行调理。

**穴位按摩** 按摩太冲穴、肝膻及胆膻穴。肝膻和胆膻穴位于胸椎第九节和第十节旁开1.5寸，太冲穴位于人体脚部第一、第二脚趾结合部前方的凹陷处，按摩5~10分钟，每天2~3次。

**中药调理** 一般首选逍遥散或者逍遥丸。中医理论中，逍遥散和逍遥丸都可以起到很好的疏肝解郁作用，使人的情绪畅达。

**饮食调理** 多吃些芹菜，芹菜性凉，具有清热除烦、利水消肿、平肝、凉血止血等功能。香蕉被称为快乐果，性寒，含有大量的维生素和钾，具有消除情况紧张、安神镇静的作用。西红柿中含有大量的胡萝卜素、维生素C和维生素B等，适宜肝气不舒的患者食用。

也可以选竹叶皮蛋粥：取淡竹叶、陈皮各10克，皮蛋1个，大米50克，大米洗净，加淡竹叶陈皮和水，如常法煮粥，粥将成时加入皮蛋（切成小块），加盐及味精少许，调匀后服食。本方滋阴清火、清肝除烦，对经常叹气的人有很好的效果。

徐州市医科大学附属第三医院 中医内科副主任医师 单克锋



年近六旬的王阿姨是一名医务工作者，退休后不久，她便兴致勃勃地买好了前往西藏的机票，准备利用这久违的清闲时光好好感受祖国的大好河山。

这天晚上，她顺利在拉萨落地，脑海中规划着即将要去游览的地方，便陷入了沉沉的梦乡。谁知第二天起床后，却出现了呼吸困难、头昏、恶心、心悸等症状，洗漱活动后症状更加严重，同时嘴唇还有点发紫。她立马警觉，这可能是急性高原反应！幸好王阿姨早有所准备，在服用了随身携带的复方党参胶囊后，她赶紧坐下来休息，并进食了高糖类的食物。12小时后，症状逐渐缓解。

原来，王阿姨在进藏之前，就前往长沙市第三医院药学门诊咨询了进藏需携带的预防高反类药物。接诊的副主任药师徐兵告诉她，复方党参胶囊可明显提高缺氧动脉和大脑组织血氧分压及血氧饱和度，改善机体缺氧状况，增加心脑血管流量。

徐兵提醒，即将前往高原地区

的人群，可针对缺氧、寒冷和干燥的气候特点提前服用西洋参含片、红景天口服液、生脉饮和诺迪康等具有滋阴补气、扶正固本类功效的制剂。

针对气虚血瘀、寒凝血瘀，有心血管疾患的患者，可提前准备用于改善冠脉流量、缓解心脏不适的复方丹参滴丸、速效救心丸、地奥心血康、复方党参胶囊、麝香保心丸、银杏叶片等中成药制剂。

对于肺燥、津伤等兼证，配以五味子、枸杞子、西洋参等滋阴益气类中药代茶饮，亦可有效缓解诸多干燥症状；而出现腹胀、恶心、呕吐等症状，可服用具有健脾胃功效的益气健胃饮对症治疗。

急性高原反应的发生与人们进入高原地区的快慢、海拔高度、停留时间和个体体质等因素有关。出现急性高原反应后，应尽量休息，减少活动和耗氧量，可进食易消化的高糖类食物，不宜过饱。必要时应及时就医，吸氧或行高压氧治疗。

通讯员 乔勇