

减轻剧烈疼痛

[日] 宫崎東洋 主编 刘 刚 译

减轻疼痛 · 轻松快乐



家庭保健百科

中国轻工业出版社



家庭保健百科

减轻剧烈疼痛

〔日〕宫崎東洋 主编

刘 刚 译

减轻剧烈疼痛

 中国轻工业出版社

图书在版编目(CIP)数据

减轻剧烈疼痛/(日)宫崎東洋主编;刘刚译. —北京:中国轻工业出版社,2002.4

(家庭保健百科)

ISBN 7-5019-3623-4

I. 减… II. ①宫…②刘… III. 疼痛—治疗
IV. R441.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 089062 号

SHITSUKOI ITAMI NO CHIRYOU SHINKEI BLOCK RYOUHOU

© MIYAZAKI TOYO 2000

Originally published in Japan. in 2000 by NHK PUBLISHING. (Japan Broadcast Publishing CO., Ltd.)

Chinese translation rights arranged with NHK PUBLISHING. (Japan Broadcast Publishing Co., Ltd.) through TOHAN CORPORATION, TOKYO.

责任编辑:白洁 责任终审:滕炎福 封面设计:张颖
版式设计:丁夕 责任校对:燕杰 责任监印:吴京一

*

出版发行:中国轻工业出版社(北京东长安街6号,邮编:100740)

网 址: <http://www.chlip.com.cn>

联系电话:010-65241695

印 刷:三河市宏达印刷有限公司

经 销:各地新华书店

版 次:2002年4月第1版 2002年4月第1次印刷

开 本:787×1092 1/32 印张:2.625

字 数:66千字 印数:1—10100

书 号:ISBN 7-5019-3623-4/R·028

定 价:8.00元

著作权合同登记 图字:01-2001-3245

·如发现图书残缺请直接与我社发行部联系调换·

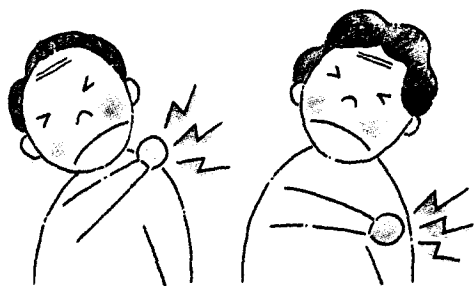


前言

疼痛是我们感觉到的刺激中最不愉快的感觉。当剧烈的疼痛袭来时，我们会感到恐惧和不安，有的人甚至会放声大叫，这是为了多少能舒缓一点疼痛而采取的一种发泄方式。即使是忍受的轻度疼痛，长时间持续下去也会带来“懒得动，寝食不安，易怒，悲观厌世”的表现，以致降低生活的质量。

这样看来，疼痛对于我们来说除了痛苦之外，似乎毫无价值可言了。事实上，它也是我们生活当中不可或缺的东西。你可以想象一下，毫无疼痛感会是什么样子——身体接触烧得通红的炉子，却丝毫没有反应而造成严重烧伤；发生食物中毒，却不觉得肚子痛，不仅延误了病情还有可能失去生命。正因为疼痛感能够通知人体，体内有异常现象发生，即进行“警告反应”，我们才得以维持身体的健康和生命，这种疼痛叫做“必要的疼痛”。





另外，我们的体内还有一些不必要的疼痛存在，被称为“有害的疼痛”。

一般，治愈了引起疼痛的原发病，疼痛就会消失。但遗憾的是现代医学并非无所不能，一些难以治愈和原因不明的疼痛，常常会使患者长期蒙受不必要的痛苦而使他们的生活质量降低，这种疼痛就是“有害的疼痛”。

疼痛还可根据持续时间而分类，即分为急性疼痛和慢性疼痛。几天之内就能消失的疼痛称为“急性疼痛”，持续时间长达6个月以上的疼痛称为“慢性疼痛”。多数情况下，慢性疼痛和“有害的疼痛”是叠加出现的。





生活中为慢性疼痛而苦恼的人很多。笔者供职的顺天党大学医学部附属医院疼痛麻醉诊室，来就诊的慢性疼痛患者1天就多达80~90人，1年累计超过万人。头、脸、颈、肩、臂、胸、腰、腿等各个部位的疼痛都有，可谓五花八门。其中，有些患者是属于手术后的伤口或受伤部位的疼痛，而且终身不愈。我们的身体多么容易发生不必要的疼痛，又多么令人为之而烦恼，相信你已经略知一二了吧。

本书将着重列举慢性疼痛中常见的特发性三叉神经痛、带状疱疹后神经痛、椎间盘突出以及腰椎管狭窄症、脊髓神经根症、慢性头痛、肩周炎等的治疗，并以有效的治疗法——神经阻滞法为中心加以介绍。

神经阻滞法是近年来医疗机构设置较多的、专门以治疗疼痛为目的的疼痛专科所采用的保守疗法。它是向神经注射局部麻醉药或神经破坏药来缓解疼痛的治疗方法，多用于无法去掉病因的疾病、因年事高而不能进行手术或因治疗反而有产生严重后遗症的危险的情况，





是一种疗效很好的控制疼痛的方法。

笔者殷切地希望通过神经阻滞疗法，使更多为慢性剧烈疼痛而苦恼的患者得到解脱，度过美好人生。



目 录

第一章 什么是神经阻滞疗法	(1)
什么是慢性疼痛	(1)
神经阻滞疗法的原理	(6)
神经阻滞疗法的种类和适应的疾病	(13)
第二章 神经阻滞疗法的实例	(19)
逃脱特发性三叉神经痛的厄运	(19)
剧烈的带状疱疹后神经痛得以控制	(25)
反射性交感神经性肌肉萎缩症的剧痛	
消失了	(34)
进行性的反射性交感神经性肌肉萎缩症的疼痛	
得到根治	(40)
针对脊髓神经根症进行的阻滞治疗	(43)
对慢性头痛的治疗	(52)
治愈了肩关节周围炎的剧痛	(69)
结束语	(72)



第一章

什么是神经阻滞疗法

□什么是慢性疼痛

所谓慢性疼痛一般是指持续 6 个月以上的疼痛。但实际上,疼痛的持续期间是很难判断得清楚的,因此,医学上对于慢性疼痛有一个较为复杂的定义。一般认为,当疼痛持续的实际时间,超过了预计的期限而继续存在时,我们即可认为是慢性疼痛。

本来我们的身体就具备自然的治愈能力,身体发生某种程度的异常时,也会自然地恢复到正常状态,只需几天即可消除病状。落枕就是一个非常具有代表性的例子。想必大家都有过至少一次这样的经历,落枕时脖子、肩膀都会感到疼痛和麻木,使脖子无法转动。这是由于睡姿不正确,造成颈椎关节和周围软组织





拉伤而引起的疼痛。最初的1~2天疼痛会很厉害,以后会逐渐缓解,要不了几天就会完全消失,无需任何治疗即可自然痊愈,使脖子恢复正常。

可以说外伤时的情况也是如此。创伤或手术后身体留下伤口时,骨折时以及烫伤时,最初的疼痛感会非常剧烈,但随着伤口的愈合,疼痛会逐渐减轻,当伤口痊愈后疼痛也会完全消失。

但是,这只能说是一种模式,事实上人与人之间的具体情况是不同的,当某人的疼痛比这种预想的时间持续得更长时,我们有必要认为这是某种因素造成的慢性疼痛。

当身体由于某种异常而使自然的恢复发生困难时,疼痛就会转为慢性。难以自然恢复的身体异常通常指的是神经异常、骨骼变形及血管异常等。

无论何种疼痛,只要长期持续,必定有原因,而查明真正的原因是至关重要的一个环节。而且,如果不能迅速排除原因,就有必要对疼痛本身进行治疗了。如果一味固执地忍受下去,只会使姿势和动作受到限制,产生失眠等,不仅会给日





常生活带来障碍,还会因为心理因素,如担心害怕疼痛会加重及疼痛本身带来的不快感而使心情变得沉重,严重时还会引起抑郁。

笔者长期从事疼痛的研究和治疗,见到过许多因为慢性疼痛而痛苦不堪的人。从疼痛降低生活质量的意义上讲,有一位患者给我留下了极其深刻的印象,这个人就是 30 年前,笔者刚刚从事疼痛的治疗时遇上的一位患者。

A 先生(当时 42 岁)有一天,突然间感觉到右脸的鼻翼到脸颊之间,有放电一样的剧烈疼痛,虽然只持续了数秒钟,但那之后,每隔几分钟或十几分钟就会发作一次类似的疼痛。

从疼痛的部位来判断,像是耳鼻喉科的疾病,于是 A 先生跑遍了当地各家医院的耳鼻喉科,但也未能查出个所以然。就这样过了 1 年,偶然间他来到了笔者就职的那家医院,因病情严重被收入院。

对疼痛病患者,医生通常都会首先进行止痛治疗。但止痛药对 A 先生却毫无效果。为查找原因,医生们对他的脸部





皮肤进行了触诊，还将鼻镜插入鼻孔中做了仔细的检查。然而，每一次检查都会诱使疼痛发作起来，令他痛苦不堪。医生们虽然费尽了心机，却一无所获，最后给他下的诊断是，由精神方面的原因引起的疼痛。

由于绝望 A 先生想到了自杀。就在这时，其中的一位主治医生，也是笔者的朋友，在会诊时向他建议道：“你愿不愿意到我的一位专门治疗疼痛的同事那儿去试一试呢？”A 先生走投无路，表示愿意试一试，于是，他被转到了笔者工作的科室——疼痛专科，没想到就此改变了他的一生。

我对 A 先生下的诊断是“三叉神经痛”，并立即为他进行了眶下神经阻滞的治疗。眶下神经阻滞，是特发性三叉神经痛引起脸颊部疼痛时，施用的一种神经阻滞方法。效果非常具有戏剧性，只这一次治疗，就完全解决了长久以来令 A 先生痛不欲生的发作。

2 年后，A 先生再次发作三叉神经痛，又一次接受了眶下神经阻滞的治疗。那之后也犯过几次，每一次都是通过





阻滞法止住了痛。不知不觉间，A 先生已经从长期工作的市政府部门退休了。这几年，疼痛已完全消失，他也能和老伴一起去旅游了，正在健健康康地享受着第二次人生。

记得 A 先生曾经对我说过“因为疼痛而痛苦的那一年真是度日如年哪，‘地狱般’也许就是指这种情况吧。”

A 先生发病是 30 多年前的事，当时的那个年代，医生们对三叉神经痛这种疾病的认识尚未充分普及，阻滞疗法好不容易才刚刚在日本开始使用，把它作为治疗手段应用到临床的医生，包括笔者在内也就几个人。类似于 A 先生这样的神经性疼痛，得不到适当的镇痛治疗，在当时那个年代实在不是什么新鲜事。

能赶上神经阻滞法在日本的应用，真可以说是 A 先生的运气。如果当时没能遇到神经阻滞法，A 先生往后的人生将不堪设想——处在年富力强的年龄，却不得不因疼痛而被迫离职，每天还要时刻担心疼痛会不会发作，这样郁郁寡欢的日子也许会永无止境吧！

有句话“疾病源于人的心理”，仅就





疼痛而言,这句话未必不科学。比如,在体育运动的进行当中或感情上受到巨大震动时,即便受了伤有时也会毫无知觉。这是因为精神亢奋,脑对疼痛的感觉变得比较迟钝了的缘故。相反,如果心情郁闷,满脑子里只装着一个“疼”字,就会感觉到疼痛越来越厉害。我们的大脑中有一个抑制疼痛的器官(下行性疼痛抑制器官),这个器官会因精神状态的不同,有时发挥很强烈的作用,而有时根本不发挥作用,所以才会出现这种现象。

疼痛会使精神状态发生恶化,而精神状态的恶化反过来又会加剧疼痛。为了不陷入这种恶性循环,当疼痛持续存在,给日常生活带来障碍时,还是早一些去就诊,接受得当的镇痛治疗才是明智之举。

☐ 神经阻滞疗法的原理

下面介绍一下疼痛专科所采用的神经阻滞这一疼痛治疗法。

人体内各器官功能的正常运转,都是由脑和脊髓通过分布全身的神经来进



行调节的。神经,根据其作用分为运动神经、感觉神经、交感神经、副交感神经4种。在这几种神经中,能将疼痛信息传达到大脑的最直接的神经便是感觉神经,但运动神经、交感神经、副交感神经与疼痛也有关,也能发挥不少作用。另外,从解剖学上说,除了副交感神经的一部分,这几种神经几乎都在体内并行分布。

神经阻滞,是针对受疼痛刺激而兴奋起来的这些神经所采取的某种措施,是用局部麻醉药物暂时加以抑制,最终消除疼痛的治疗方法。只需采取小手术时做局部麻醉的小技巧,对准将要阻滞的神经从皮外刺入一种特殊的针,将药液直接注入神经或注入神经周围即可。

这其中的道理,如果将传达疼痛信息至大脑的神经通路比做道路,疼痛比做车辆,药物比做障碍物来考虑就容易明白了。即在道路上设置障碍,阻断交通(阻滞),来使汽车(疼痛)达不到目的地。这并不需要破坏道路,所以排除障碍物后仍旧可以照常通行。也就是说,在药物发生作用期间,神经的功能会有暂时性的障碍,而当药物的作用消失后,功能



就可以得到恢复，而且不会留下任何副作用。

看到这儿，恐怕有人会提出，药效停止后疼痛不就又会开始发作了吗，这和服镇痛药没什么两样嘛，事实并非如此。

可以回顾一下前面介绍的 A 先生的例子，A 先生的三叉神经痛，通过使用局部麻醉药物的神经阻滞，将近两年没再发作过。而局部麻药的实际有效时间仅为 1~2 小时。也就是说神经阻滞所产生的止痛效果，远比所使用的局部麻醉药的作用时间要长久得多。所以，镇痛一次，可以期待几个月甚至几年以上的止痛期。

准确地说，神经阻滞是“介于手术疗法和药物疗法之间的治疗法”，作为保守疗法可以说是现阶段最有效的方法。

○从疼痛的恶性循环中脱身，甩掉难缠的疼痛

那么神经阻滞是如何消除疼痛的呢？神经阻滞的目的有两个。第一个目的如刚才所说，是暂时性阻止疼痛信息传



达到大脑。第二个目的是阻断疼痛的恶性循环。

疼痛有一种特征，即如果任它毫无控制地发展下去，会变得越来越严重。这就叫“疼痛的恶性循环”，这种恶性循环是因为患部血流不畅而引起的。

我们已经在前面提到过，身体受到疼痛刺激时，不仅向大脑传达疼痛信息的感觉神经处于兴奋状态，运动神经、交感神经也会同时兴奋。这是因为通过感觉神经传递信息时，信息的一部分也传给了交感神经和运动神经。

