

中西医结合居家调养随身查系列丛书

带状疱疹

居家调养随身查

DAIZHUANGPAOZHEN JUJIATIAOYANG
SUISHENCHA

主编 陈可



- 寻医问药路线图
- 常识自测及解答
- 患者最关注的十大问题
- 基础知识早知道
- 居家调养随身查
- 合理防治一本通



人民军医出版社
PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

中西医结合居家调养随身查系列丛书

带状疱疹

居家调养随身查

DAIZHUANGPAOZHEN JUJIATIAOYANG
SUI SHEN CHA

主编 陈可



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

带状疱疹居家调养随身查 / 陈可主编. — 北京: 人民军医出版社, 2015. 2
(中西医结合居家调养随身查系列丛书)

ISBN 978-7-5091-8255-0

I. ①带… II. ①陈… III. ①带状疱疹-中西医结合疗法 IV. ①R752.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 031958 号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 王璐 王琰 责任审读: 周晓洲 赵晶辉

出版发行: 人民军医出版社 经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290; (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927271

网址: www.pmmp.com.cn

印、装: 京南印刷厂

开本: 710mm × 1010mm 1/16

印张: 12 字数: 122 千字

版、印次: 2015 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001-3000

定价: 26.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

中西医结合居家调养随身查系列丛书

Authors List

编著者名单

疾病概述

用药指导

中医治疗

预防保健

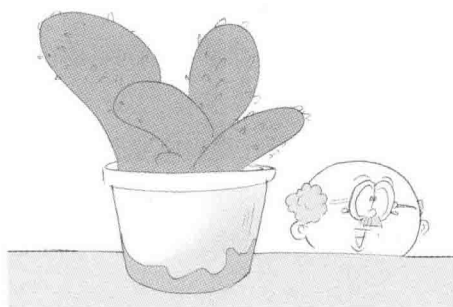
丛书总主编 朱宏斌

分册主编 陈可

副主编 周霁 王莉 胡雪飞

编者 (以姓氏笔画为序)

万媛	王飞	王钊	田雯
刘婷	李敏	杨金梅	邹璟
汪伯毅	张虹	张钰	张琦
张晶	金剑	姜梦雅	高瑜
葛莉	董莉	颜婷	



带状疱疹常识自测题

1. 哪类人群最容易感染水痘?
 - A. 年龄0—10岁
 - B. 年龄10—14岁
 - C. 年龄15—20岁
 - D. 年龄20岁以上
2. 哪类人群最容易患带状疱疹?
 - A. 婴幼儿
 - B. 青少年
 - C. 中年人
 - D. 老年人
3. 哪个季节最易患带状疱疹?
 - A. 春季
 - B. 夏季
 - C. 秋季
 - D. 冬季
4. 带状疱疹最多发于哪个部位?
 - A. 胸背部
 - B. 腰部
 - C. 颈部
 - D. 头面部
5. 带状疱疹最多侵犯人体哪条神经?
 - A. 颈神经
 - B. 三叉神经
 - C. 肋间神经
 - D. 腰骶部神经
6. PHN即带状疱疹后遗神经痛最易发于下列哪条神经?
 - A. 胸神经
 - B. 颈神经
 - C. 三叉神经
 - D. 腰骶部神经
7. 带状疱疹使人最痛苦的是什么?
 - A. 疼痛
 - B. 丘疹
 - C. 丘疱疹
 - D. 水疱
8. 带状疱疹最常见的并发症是什么?
 - A. 失眠
 - B. 后遗神经痛
 - C. 焦虑
 - D. 抑郁
9. 中医学认为蛇串疮即带状疱疹的病位在哪里?
 - A. 心
 - B. 肺
 - C. 肝胆
 - D. 脾胃
10. 带状疱疹的物理治疗最先应考虑的是哪种?
 - A. 红外线治疗
 - B. 紫外线治疗
 - C. He-Ne激光照射治疗
 - D. 超声治疗

自测题答案及解析

1. 答案：[A]。水痘是一种高度接触易感染性疾病，人体是目前所知的水痘病毒唯一寄生体，水痘常集体性暴发，以学校、幼儿园及相关公共场所为主要发病地点。总的来说，该病的发病没有性别和种族区别，水痘的易感人群以0—10岁的孩子为主，占全部病例的绝大多数，偶见于成年人。
2. 答案：[D]。上到九十九，下到刚会走，从理论上说，每个人都有患带状疱疹的可能，通常40岁以上的成年人较多，占有患者的60%以上。有专家认为，带状疱疹有两个发病高峰，分别是20—30岁和60—70岁。据专家初步分析：20—30岁的人群学习、工作、精神等方面压力大，这些因素较大地影响了这个年龄段人群的健康；60—70岁年龄段的人一般患多种疾病，并且随着年龄的增加，身体的各项功能慢慢衰退，非常容易发生病毒感染。比较而言，老年人患此病的概率最大，该病在60—80岁的人群中患病率最高，1000人中可能有5~10人患病。
3. 答案：[A, C]。有专家研究发现，带状疱疹的发病具有一定的季节性，一般以春季、秋季较为多见。春季是万物复苏的季节，也是各种病毒、细菌生长、繁殖的最佳时机，所以，春季人体与病毒接触的机会最多，容易患带状疱疹；秋季天气干燥，昼夜温差大，是感冒等各种呼吸道疾病的高发季节，这些疾病导致人体免疫力和抵抗力下降，带状疱疹病毒容易乘虚而入攻击人体而发病。
4. 答案：[A]。从上到下、从左到右、从前到后，带状疱疹可发生在人体皮肤的任何部位，但是它最多发的部位为胸背部，其次为腰部、颈部及头面部。有专家的统计资料显示，急性期带状疱疹的好发部位及比例分别为：头面部占15%，颈项部占12%，胸背部占55%，腰腹部占14%，骶尾部占3%，全身性占1%。要特别指出的是，带状疱疹通常发生在身体的一侧，多不会超过体表正中线。
5. 答案：[C]。带状疱疹是一种常见的散发性、病毒性皮肤病，是由于隐藏在人

体神经节内的病毒被再度激活而造成。带状疱疹常伴有特别明显的神经性疼痛，主要是因为病毒侵犯了人体的神经所导致，它侵犯的神经中最多的是肋间神经，约占53%，其次是颈神经，约占20%，三叉神经约占15%，腰骶部神经约占11%。

6. 答案：[A]。有专家认为，PHN是指带状疱疹临床治愈后持续疼痛超过1个月的情况，在眼部带状疱疹患者中发生率较高。另外，有研究表明，该病最易侵犯胸神经区及颈神经区，高发于三叉神经与胸4、胸1、胸2及胸3神经节，按节次计，胸神经占58.61%，颈神经占18.45%，三叉神经占7.71%，腰骶神经占14.81%。所以，PHN即带状疱疹后遗神经痛最易发生于胸神经。
7. 答案：[A]。带状疱疹使人最痛苦的是疼痛。一般情况下，儿童和年轻患者疼痛较轻，老年患者则疼痛剧烈，难以忍受，严重影响吃饭、喝水、睡眠等日常生活，而丘疹、丘疱疹和水疱只是会有痒麻感，疱疹破裂后会流出疱液，这些尚可忍受，不会让人“痛不欲生”。
8. 答案：[B]。带状疱疹后遗神经痛是带状疱疹最常见的并发症，好发于老年人，因疼痛剧烈，持续时间长，严重影响着人们正常的工作和生活，严重时让人痛不欲生。根据临床统计，PHN的患病率很高，不考虑年龄因素的话，带状疱疹后1个月PHN的发病率为19.2%，3个月为7.2%，1年为3.4%。
9. 答案：[C]。中医学认为，带状疱疹为肝胆湿热、火毒蕴结所致。故其病位在肝胆，其发病与心、肝、肺、脾病变和外感湿热火毒有关。
10. 答案：[C]。带状疱疹首选He-Ne激光治疗，因为该方法疗效高、无不良反应；若合并细菌感染的患者，给予紫外线照射治疗更适合，理由为紫外线照射杀菌效果更好。

Summary

内容提要

疾病概述

• 用药指导

• 中医治疗

• 预防保健

带状疱疹是由水痘-带状疱疹病毒所致的一种以簇集状丘疱疹、局部刺痛为特征的急性疱疹性皮肤病。该病同时累及皮肤和神经，皮损部位呈规则片状红斑，迅速形成群集性丘疹和发亮的水疱，水疱排列呈带状，同时，沿皮损所处神经分布处常伴有不同程度的神经痛症状，给患者的生活带来巨大影响。随着人口老龄化进程的加快，该病的患病率逐年上升，因此，临床工作者越来越重视对该病的研究。

本书共分4部分，第1部分讲解带状疱疹的基础知识，第2部分叙述了带状疱疹的西医治疗方法和药物用法，第3部分阐明了带状疱疹的中医疗法，第4部分讲述了带状疱疹的预防和护理。全书以问答的形式，简明扼要、通俗易懂地回答了带状疱疹是什么、为什么、怎么样的问题。本书尽量少用专业术语，压缩了不必要的医学理论，多用通俗的语言，深入浅出，突出实用性，使普通读者能够无障碍阅读，了解带状疱疹的相关知识。

本书参考和引用了部分国内外专家和同道的最新研究成果和文献资料，在即将出版之际，我们诚挚地表示感谢。书中不妥及错漏之处，敬请各位读者指正。



中西医结合居家调养随身查系列丛书

Series Introduction

丛书序言

疾病概述

用药指导

中医治疗

预防保健

随着人口的老齡化、不健康生活方式的全球化及慢性退行性疾病患病率日益增高，人们对以个体化保健和连续性保健为基本原则的居家调养的需求越来越多。

医院治疗主要是针对疾病的急性发作期，而居家调养则是将医学引入家庭，让患者根据自身情况建立一套行之有效的预防或治疗方案，如心理护理、药物调节、日常生活护理等，是集预防、治疗、康复于一体的新型调养方式，是对医院治疗和护理的补充。医院有先进的医疗器械，有经验丰富的医生，能尽快缓解病人的痛苦，但医院治疗受距离、经济条件等限制，故不能长期依赖医院治疗。居家调养不仅可以缩短患者的住院时间、减轻医院床位的负担，而且还能降低疾病并发症的患病率，提高患者的生活质量。我们可以在了解疾病及健康知识的同时，对饮食、生活习惯等方面加以调控，并根据自己的健康情况制订一套适合自己的、安全有效的锻炼方式，这有利于常见病、多发病的预防和康复。

目前，较系统地论述各种慢性疾病中西医结合居家调养的相关书籍较少，为此，武汉市中西医结合医院发挥其人才优势，在参阅大量国内

外权威研究材料及最新研究成果的基础上，与国内其他康复医学专家合作，编写了《中西医结合居家调养随身查系列丛书》，以反映常见慢性疾病的中西医结合居家调养的最新成果。该丛书共分6册，涵盖颈椎病、腰椎间盘突出症、带状疱疹、三叉神经痛、类风湿关节炎和糖尿病。编写过程中，编者力求做到内容通俗易懂，并具有科学性、实用性、先进性。希望此系列丛书能够帮助更多患者认识并正确面对自身疾病，提高自我健康管理能力，从而改善生命质量。

武汉市中西医结合医院 朱宏斌

甲午年夏

Contents

目 录

疾病概述

· 用药指导

· 中医治疗

· 预防保健

◆ Part 01

带状疱疹基础知识早知道

- 带状疱疹究竟是一种什么样的疾病? ∴ 002
- 带状疱疹是怎样产生的? ∴ 002
- 带状疱疹的传染源、途径传播是什么? ∴ 003
- 人群是不是特别容易感染水痘-带状疱疹病毒? ∴ 003
- 哪些季节最容易发生带状疱疹? ∴ 004
- 带状疱疹常常偏爱哪类人群? ∴ 004
- 患带状疱疹的人群分布有什么规律? ∴ 004
- 带状疱疹的诱发因素有哪些? ∴ 005
- 识别带状疱疹有什么妙招? ∴ 006
- 有无法识别的非典型带状疱疹吗? ∴ 007
- 怎么就生了带状疱疹这个病? ∴ 008
- 带状疱疹常偏爱哪些部位? ∴ 009
- 特殊部位的带状疱疹有哪些? ∴ 010



带状疱疹居家调养随身查

- 带状疱疹最多攻击人体哪条神经? ∴ 012
- 带状疱疹会传染给他人吗? ∴ 012
- 带状疱疹是遗传病吗? ∴ 012
- 带状疱疹后遗神经痛究竟是一种什么病? ∴ 012
- 带状疱疹后遗神经痛多发生于哪些年龄段? ∴ 013
- 与带状疱疹后遗神经痛有密切关系的因素有哪些? ∴ 013
- 除后遗神经痛外, 带状疱疹还会造成哪些伤害? ∴ 014
- 本病西医叫带状疱疹, 中医称作什么? ∴ 015
- 中医学认为引起蛇串疮的原因有哪些? ∴ 016
- 中医学认为带状疱疹是如何发生的? ∴ 016
- 中医学对于带状疱疹有哪些辨证分类? ∴ 017
- 中医学带状疱疹各类型的具体表现? ∴ 017
- 西医对带状疱疹如何分期? ∴ 017
- 中医学如何解释带状疱疹疼痛的原因? ∴ 019
- 初诊带状疱疹时一般的体格检查有哪些? ∴ 019
- 带状疱疹患者去医院检验科可以做哪些检查? ∴ 020
- 在医院一般会如何确诊带状疱疹? ∴ 020
- 从中医学角度看如何确定是否得了带状疱疹? ∴ 021



Part

02

带状疱疹处方须明了

- 现代医学治疗带状疱疹的方法有哪些? ∴ 024
- 带状疱疹治疗的目标是什么? ∴ 024
- 西医治疗带状疱疹和带状疱疹后遗神经痛的原则? ∴ 024

目 录

- 治疗带状疱疹常用的抗病毒药物有哪些? ∴ 024
- 阿昔洛韦类药物怎样使用? ∴ 024
- 伐昔洛韦类药物怎样使用? ∴ 026
- 泛昔洛韦类药物怎样使用? ∴ 027
- 更昔洛韦类药物怎样使用? ∴ 027
- 万乃洛韦类药物怎样使用? ∴ 028
- 喷昔洛韦粉针剂怎样使用? ∴ 028
- 治疗带状疱疹常用的消炎镇痛药物有哪些? ∴ 029
- 吲哚美辛片怎样使用? ∴ 029
- 曲马朵类药物怎样使用? ∴ 029
- 带状疱疹常用的其他辅助口服及注射用药有哪些? ∴ 031
- 怎样使用糖皮质激素类药物? ∴ 031
- 怎样使用免疫调节药? ∴ 031
- 怎样使用营养神经药? ∴ 032
- 治疗带状疱疹常用的外用药物有哪些? ∴ 033
- 怎样使用抗病毒外用制剂? ∴ 034
- 怎样使用镇痛外用制剂? ∴ 036
- 治疗带状疱疹常用的物理疗法有哪些? ∴ 038
- 紫外线疗法的基本原理是什么? ∴ 039
- 紫外线疗法是如何进行的? ∴ 039
- 紫外线疗法治疗带状疱疹时有哪些注意事项? ∴ 040
- 红外线疗法的基本原理是什么? ∴ 040
- 红外线疗法的基本方法是什么? ∴ 040
- 红外线疗法的注意事项有哪些? ∴ 041



带状疱疹居家调养随身查

- He—Ne激光照射疗法的基本原理是什么? ∴ 041
- He—Ne激光照射疗法如何操作? ∴ 041
- He—Ne激光照射疗法的注意事项有哪些? ∴ 042
- 音频电疗的基本原理和作用是什么? ∴ 043
- 怎样用音频电疗治疗带状疱疹? ∴ 043
- 音频电疗的注意事项有哪些? ∴ 044
- 半导体激光疗法的基本原理是什么? 有何作用? ∴ 044
- 半导体激光治疗仪的治疗方法 & 注意事项? ∴ 045
- 理疗专家对本症早期治疗的经验有哪些? ∴ 046
- 理疗专家对本症除痛的经验有哪些? ∴ 048
- 音频治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 049
- 带状疱疹常见的并发症有哪些? ∴ 049
- 眼带状疱疹的典型表现有哪些? 其危害有哪些? ∴ 050
- 眼带状疱疹常用的治疗方法有哪些? ∴ 050
- 耳带状疱疹的典型表现有哪些? ∴ 052
- 如何治疗耳带状疱疹? ∴ 052
- 带状疱疹性脑膜脑炎的典型表现有哪些? ∴ 053
- 带状疱疹性脑膜脑炎的一般疗法有哪些? ∴ 053
- 带状疱疹病毒引起心肌受损的表现和治疗有哪些? ∴ 055
- 带状疱疹脊髓根运动性麻痹的表现和治疗有哪些? ∴ 055
- 带状疱疹后三叉神经痛的典型表现有哪些? ∴ 056
- 带状疱疹后三叉神经痛的治疗方法有哪些? ∴ 056

◆ Part 03

中医疗法不可少

- 中医学治疗带状疱疹的方法有哪些? ∴ 060
- 中医学认为带状疱疹的治疗原则是什么? ∴ 060
- 中医临床常用的镇痛措施有哪些? ∴ 060
- 各型带状疱疹如何辨证分型论治? ∴ 061
- 带状疱疹后遗神经痛如何辨证分型论治? ∴ 062
- 治疗带状疱疹有哪些常用的口服中成药? ∴ 065
- 治疗带状疱疹有哪些常用的中成药类静脉针剂? ∴ 066
- 中医有没有比较实用的单方与验方? ∴ 067
- 如何用中医食疗辅助治疗带状疱疹? ∴ 069
- 中医内治法治疗带状疱疹时应注意哪些问题? ∴ 070
- 中医内治法治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 071
- 治疗带状疱疹常用的中医外治法有哪些? ∴ 072
- 治疗带状疱疹比较实用的外洗法有哪些? ∴ 072
- 治疗带状疱疹比较实用的外敷法有哪些? ∴ 073
- 治疗带状疱疹常用的外搽法有哪些? ∴ 073
- 治疗带状疱疹时挑治法常用于什么情况? ∴ 074
- 治疗带状疱疹时灌肠疗法常用于什么情况? ∴ 074
- 高效电磁波治疗仪照射治疗适用于什么情况? ∴ 074
- 如何进行磁穴疗法? ∴ 074
- 治疗带状疱疹常用的外用成药及单方与验方有哪些? ∴ 075
- 中药外治法治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 078



带状疱疹居家调养随身查

- 针刺治疗带状疱疹的原理是什么? ∴ 079
- 针刺疗法用于治疗带状疱疹的原则是什么? ∴ 080
- 治疗带状疱疹常用的针刺处方及腧穴有哪些? ∴ 081
- 针刺疗法治疗带状疱疹有哪些优势? ∴ 082
- 针刺治疗带状疱疹如何辨证施治? ∴ 083
- 针刺治疗带状疱疹有哪些注意事项? ∴ 084
- 单纯针刺疗法治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 084
- 电针疗法是一种什么方法? 其原理是什么? ∴ 085
- 电针治疗带状疱疹的宜、忌各有哪些? ∴ 086
- 电针治疗带状疱疹的常用方法有哪些? ∴ 086
- 电针治疗带状疱疹有哪些方面需要注意? ∴ 087
- 电针治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 088
- 火针疗法是一种什么疗法? 其作用有哪些? ∴ 089
- 对火针疗法针具的选择及刺激方式有何要求? ∴ 089
- 对火针疗法的刺激强度有何要求? ∴ 090
- 火针疗法针后护理时要注意哪些? ∴ 090
- 火针疗法的宜、忌各有哪些? ∴ 091
- 带状疱疹的火针疗法具体如何进行操作? ∴ 091
- 带状疱疹的火针疗法有哪些注意事项? ∴ 092
- 火针治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 092
- 皮肤针疗法是一种什么疗法? 其原理是什么? ∴ 093
- 如何选择皮肤针疗法的叩刺部位? ∴ 093
- 皮肤针疗法的刺激方式是怎样的? ∴ 094
- 皮肤针疗法的刺激强度和频率是怎样的? ∴ 094



目 录

- 皮肤针疗法的适应症有哪些? ∴ 095
- 带状疱疹的皮肤针叩刺疗法具体如何操作? ∴ 095
- 带状疱疹的皮肤针叩刺疗法有哪些注意事项? ∴ 096
- 皮肤针治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 097
- 三棱针疗法是一种什么疗法? ∴ 098
- 如何选择三棱针疗法的针具? ∴ 099
- 三棱针疗法的刺激方式有哪些? ∴ 099
- 适合用及不适合用三棱针疗法的疾病分别有哪些? ∴ 100
- 如何进行带状疱疹的三棱针疗法? ∴ 100
- 带状疱疹的三棱针疗法有哪些注意事项? ∴ 101
- 三棱针治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 102
- 头针疗法是一种什么疗法? ∴ 103
- 哪些疾病适宜用头针疗法? ∴ 103
- 哪些情况不适合采用头针疗法? ∴ 104
- 如何使用头针疗法治疗带状疱疹? ∴ 105
- 带状疱疹的头针疗法有哪些注意事项? ∴ 106
- 头针治疗带状疱疹的专家经验有哪些? ∴ 106
- 穴位注射疗法是一种什么疗法? ∴ 107
- 穴位注射疗法的原理是什么? ∴ 107
- 穴位注射疗法的常用工具有哪些? ∴ 108
- 穴位注射疗法的常用药物有哪些? ∴ 108
- 穴位注射的操作方法是怎样的? ∴ 109
- 如何进行带状疱疹的穴位注射疗法? ∴ 110
- 带状疱疹的穴位注射疗法有哪些注意事项? ∴ 111