

中西医结合居家调养随身查系列丛书

三叉神经痛 居家调养随身查

SANCHASHENJINGTONG JUJIATIAOYANG
SUI SHENCHA

主编 黄国付 毛凯平



- 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

三叉神经痛 居家调养随身查

SANCHASHENJINGTONG JUJIATIAOYANG
SUI SHENCHA

主编 黄国付 毛凯平



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北京

图书在版编目 (CIP) 数据

三叉神经痛居家调养随身查 / 黄国付, 毛凯平主编. — 北京: 人民军医出版社, 2015. 4

(中西医结合居家调养随身查系列丛书)

ISBN 978-7-5091-8253-6

I. ①三… II. ①黄… ②毛… III. ①三叉神经痛-防治 IV. ①R745.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 035408 号

策划编辑: 焦健姿 文字编辑: 魏新 陈鹏 责任审读: 黄翔兵

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: 三河市春园印刷有限公司

开本: 710mm × 1010mm 1/16

印张: 11.5 字数: 134 千字

版、印次: 2015 年 4 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

Author's list

编著者名单

疾病概述

· 用药指导

· 中医治疗

· 预防保健

总主编 朱宏斌

主 编 黄国付 毛凯平

副主编 张 艺 高 珊 吴爱纯 杨国平

编 委 (以姓氏笔画为序)

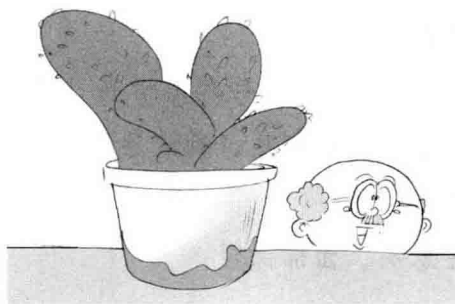
万 媛 王 飞 王 钊 毛凯平 尹 莹

田 雯 杨国平 杨金梅 吴爱纯 邹 璟

汪伯毅 张 艺 张 虹 张 钰 张 琦

姜梦雅 高 珊 高 瑜 黄国付 梅群超

董 莉





三叉神经痛常识自测



1. “扳机点”常见于什么疾病？
 - A. 周围性面瘫
 - B. 三叉神经痛
 - C. 面肌痉挛
 - D. 牙周炎
2. 下面哪些不是三叉神经痛疼痛特点？
 - A. 骤发、骤止
 - B. 有扳机点
 - C. 短暂而剧烈
 - D. 迁延漫长
3. 关于三叉神经痛的描述，以下哪个选项是不正确的？
 - A. 发作多无先兆，骤然发作、骤然停止
 - B. 有一定的遗传性
 - C. 多为双侧对称性发病
 - D. 发病无明显季节性
4. 三叉神经痛不会导致下面哪项颜面的变化？
 - A. 半侧面部可呈现痉挛性歪扭
 - B. 面部先发白，然后潮红、结膜充血
 - C. 皮肤粗糙、眉毛脱落
 - D. 皮肤起丘疹
5. 下列哪项是三叉神经痛患者在日常生活中不正确的调养方式？
 - A. 爱干净、勤刷牙、勤洗脸
 - B. 饮食规律
 - C. 注意头、面部保暖

D. 保持心情舒畅

6. 下列哪类营养素可以营养三叉神经?

A. 维生素A

B. 维生素B₁

C. 维生素D

D. 维生素B₁₂

7. 三叉神经痛患者适合下列哪种运动?

A. 慢跑

B. 篮球

C. 拳击

D. 避免运动


8. 下列哪项不适合三叉神经痛患者的自我心理疗法?

A. 自我暗示法


B. 压力激励法

C. 颜色疗法

D. 转移疗法



自测题答案及解析



1. 答案 [B]。这道题主要考察大家对概念的理解。“扳机点”又称为“触发点”。三叉神经痛的患者若刺激“扳机点”会诱发疼痛的发作。三叉神经痛的“扳机点”常位于上下唇、鼻翼沟、牙龈、口角、胡须、舌、眉等处。亦有少数“触发点”位于下颌部或三叉神经分布区域范围以外，如乳突部、颈部，甚至有报道在十分罕见的同侧脚趾处。对于三叉神经痛患者，轻触或刺激其口角、鼻翼、颊部或舌部敏感区（扳机点）可激发疼痛发作，所以三叉神经痛患者说话、吃饭、洗脸、刮胡须、刷牙、风吹，甚至饮水等均可诱发疼痛发作，以致他们惶惶不可终日，精神萎靡不振，行动谨小慎微，甚至不敢洗脸、刷牙、进食，说话也小心，唯恐引起发作。
2. 答案 [D]。三叉神经痛疼痛性质为面部三叉神经分布区阵发性剧烈疼痛，可呈撕裂样、电灼样、刀割样或针刺样等，每次发作时间由数秒钟至一二分钟而骤然停止，疼痛的性质多种多样。疼痛发作常无任何预兆，为骤然发生的闪电式、短暂而剧烈的疼痛。
3. 答案 [C]。三叉神经痛绝大部分是单侧发病，表现为一侧面部发作性剧烈疼痛，疼痛范围可向同侧额、耳廓、耳后部放射，但不会越过中线。
4. 答案 [D]。疼痛发作时患者受累的半侧面部可呈现痉挛性歪扭，发作终止后有时出现交感神经症状，表现为患侧面部血管运

动紊乱症状，如面部先发白，然后潮红、结膜充血，并伴有流泪、流涕、唾液分泌增加等，有时出现所谓三叉神经、面神经和交感神经三联症，即疼痛、面肌痉挛性痛性抽搐、自主神经官能症。疼痛发作过后，上述症状也随之消失，下次疼痛发作，上述症状又再次出现。若病程较长而发作频繁者，可出现面部营养障碍性改变，如局部皮肤粗糙、眉毛脱落，角膜充血、水肿、浑浊，麻痹性角膜炎、虹膜脱出、白内障，甚至咀嚼肌萎缩等。

5. 答案 [A]。避免一切诱发疼痛的因素，洗脸、刷牙、修面、理发、吃饭等动作要轻柔，尽量避免刺激扳机点，所以A是错的。
6. 答案 [B]。维生素B₁是脱羧辅酶的主要成分，在糖类的代谢过程中占有重要地位。缺乏维生素B₁会引起神经炎，因为神经是燃烧及消耗糖的组织，若缺乏维生素B₁，会引起乳酸堆积，侵入脑部，毒化中枢神经系统，使脑组织消耗氧的能力减弱，以至引起暂时性的痉挛。而三叉神经痛、坐骨神经痛等都是神经炎的表现。成年人每日维生素B₁供给量为1.2~1.8毫克，治疗量100毫克。
7. 答案 [A]。适当的运动可以增强体质，放松心情，所以治疗期间患者不需要停止所有的运动，这样对身体的其他功能也是不利的，故排除D答案。病人不可参加易受伤、相互接触、竞争性的运动，故排除B、C答案。
8. 答案 [B]。治疗期间，愉悦轻松的心情可以让患者更好地康复，因而不能给患者施加压力。暗示法可以树立起患者战胜疾病的信心，转移法使患者注意力转移到有益于身心健康的活动中去，而颜色疗法可通过不同的颜色使患者心情镇静、情绪缓和。

Summary

内容提要

疾病概述

• 用药指导

• 中医治疗

• 预防保健

三叉神经痛是以面部三叉神经分布区周期性发作、阵发性剧烈疼痛为特征的神经系统疾病。由于三叉神经痛刻骨铭心，呈骤发、骤停、闪电样、刀割样、烧灼样、顽固性、难以忍受的剧烈性疼痛，严重影响患者的生活和工作。

迄今为止，人们对三叉神经痛的发病机制尚未完全明了，但三叉神经痛并不是不治之症。若患者接受正规治疗的同时，注意日常的生活调养，并配合科学的康复锻炼，就可以有效地控制疾病、远离病痛折磨。因此，我们编写了此书，希望能帮助患者及其家属了解三叉神经痛诊疗及如何进行家庭调养。

全书共5章，编者以问答的形式回答了三叉神经痛患者最关心的问题，并对三叉神经痛的病因、检查与诊断、治疗及居家调养给予了详细回答，指出了三叉神经痛患者在治疗过程中常见的误区。本书内容丰富，通俗易懂，具有实用性、先进性，适合三叉神经痛患者及其家属阅读。

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

随着人口的老龄化、不健康生活方式的全球化及慢性退行性疾病的日益增多，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高。

对慢性病而言，医院治疗主要是针对其急性发作期，而居家调养是将医学延伸至家庭，在医师的指导下，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、药物治疗、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延续和补充。由于医院有许多先进的医疗器械，有经验丰富的医师，能尽快缓解病人的痛苦，但医院的治疗受距离、经济条件等限制，故慢性病不能仅仅长期依赖医院。居家调养不仅可以缩短住院时间、节省医疗资源、减轻床位负担，而且还能减少或减轻并发症，提高生活质量。病人可以在了解疾病及健康相关知识的同时，通过饮食、运动、生活习惯等方面的调控，根据自体的健康状况制定一套适合自己的、安全有效的锻炼和调养方式，更利于自身疾病的防治和康复。

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

内外权威研究及最新成果的基础上，与国内其他康复专家合作，编写了《中西医结合居家调养随身查》系列丛书，以指导常见慢性病病人采用中西医结合的方式进行居家调养。该丛书共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，本丛书编者力求做到内容通俗易懂，具有科学性、实用性、先进性，以帮助和指导更多的病人正确认识和面对自身疾病，提高居家调养能力，从而改善生活质量。

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

三叉神经痛患者最关心的问题

- 什么是三叉神经痛? ∴ 002
- 三叉神经痛有哪些典型表现? ∴ 003
- 三叉神经痛有哪些自查方法? ∴ 003
- 三叉神经痛是如何发生的? ∴ 006
- 三叉神经痛患者应就诊于哪些科室? ∴ 007
- 三叉神经痛的治疗手段有哪些? ∴ 008
- 三叉神经痛能够自愈吗? ∴ 009
- 三叉神经痛治愈后是否会复发? ∴ 010
- 应该如何预防三叉神经痛? ∴ 010
- 三叉神经痛急性发作怎么办? ∴ 012
- 如何对待偏方、验方? ∴ 013



三叉神经痛居家调养随身查

part 02

对三叉神经痛的认识

- 什么是三叉神经? ∴ 016
- 三叉神经有哪些分支? 其各分支的分布及作用有哪些? ∴ 018
- 三叉神经痛的临床如何分类? ∴ 023
- 原发性三叉神经痛的疼痛特点是什么? ∴ 027
- 继发性三叉神经痛的疼痛特点是什么? ∴ 029
- 三叉神经痛患者发病前有哪些先兆? ∴ 031
- 三叉神经痛临床诊断的要点有哪些? ∴ 031
- 三叉神经痛的部位在哪里? ∴ 032
- 三叉神经痛的性质如何? ∴ 033
- 三叉神经痛有发作时限和周期吗? ∴ 033
- 三叉神经痛会导致颜面部的哪些变化? ∴ 034
- 三叉神经痛可表现为面部奇痒吗? ∴ 034
- 存在双侧三叉神经痛吗? ∴ 035

part 03

寻医问诊

第1节 西医治疗 ∴ 038

- 怎样合理规范使用药物疗法? ∴ 038
- 为什么治疗三叉神经痛常用抗癫痫药? ∴ 039
- 治疗三叉神经痛常用药物有哪些? ∴ 039
- 开展三叉神经痛手术需要哪些条件? ∴ 042



目 录

- 治疗三叉神经痛的物理疗法有哪些? ∴ 043
- 激光治疗三叉神经痛是怎么回事? ∴ 045
- 热水和冷冻疗法是如何治疗三叉神经痛的? ∴ 045
- 伽马刀放射疗法是如何治疗三叉神经痛的? ∴ 046
- 射频可以治疗三叉神经痛吗? ∴ 047
- 射频治疗三叉神经痛的适应证和禁忌证有哪些? ∴ 048
- 射频治疗三叉神经痛的术后并发症有哪些? ∴ 049
- 三叉神经痛的手术适应证有哪些? ∴ 050
- 什么是封闭疗法? ∴ 051
- 哪些患者适合封闭疗法? ∴ 051
- 封闭疗法常用药物有哪些? ∴ 051
- 封闭疗法的效果如何? ∴ 052
- 三叉神经痛封闭疗法的治疗原则有哪些? ∴ 052
- 什么是三叉神经周围支撕脱术? ∴ 054
- 三叉神经周围支撕脱术并发症有哪些? ∴ 055
- 什么是三叉神经感觉根切断术? ∴ 056
- 三叉神经感觉根切断术的疗效如何? ∴ 056
- 什么是三叉神经微血管减压术? ∴ 057
- 三叉神经微血管减压术的并发症有哪些? ∴ 058
- 三叉神经微血管减压术术后复发的原因有哪些? ∴ 058
- 三叉神经微血管减压术术中注意事项有哪些? ∴ 059
- 什么是三叉神经松解梳理术? ∴ 059
- 三叉神经松解术的手术方法如何? ∴ 060



三叉神经痛居家调养随身查

- 如何预防三叉神经痛治疗过程中发生的并发症? ∴ 060
- 三叉神经分布区域感觉丧失的临床表现有哪些? ∴ 061
- 三叉神经分布区域感觉丧失的防治措施有哪些? ∴ 061
- 三叉神经痛手术后的疼痛原因及防治措施有哪些? ∴ 061

第2节 中医治疗 ∴ 062

- 中医药治疗三叉神经痛的效果如何? ∴ 062
- 中医学治疗三叉神经痛的原则是什么? ∴ 063
- 中医药是如何治疗三叉神经痛的? ∴ 064
- 中医药的外治法有哪些? ∴ 067
- 针灸能治疗三叉神经痛吗? ∴ 069
- 针灸治疗三叉神经痛的方法有哪些? ∴ 072
- 如何处理针刺治疗三叉神经痛出现的意外? ∴ 075
- 治疗三叉神经痛的常用穴位有哪些? ∴ 076
- 推拿疗法能否治疗三叉神经痛? ∴ 078
- 常用的推拿按摩法有哪些? ∴ 079
- 推拿时如何辨证施治? ∴ 080
- 什么是小针刀疗法? ∴ 081
- 小针刀疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 081
- 小针刀治疗三叉神经痛手术时应注意什么? ∴ 082
- 小针刀治疗三叉神经痛的注意事项有哪些? ∴ 083
- 热敷疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 083
- 鼻嗅疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 084
- 熏药疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 084



目 录

- 涂搽疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 085
- 外敷疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 085
- 梳头疗法如何治疗三叉神经痛? ∴ 086

◆ part
04

走出误区

- 服药期间做化验检查是过度医疗吗? ∴ 088
- 只靠化验检查和特殊检查能确诊吗? ∴ 088
- “微博诊疗”靠谱吗? ∴ 088
- 医学科普讲座可以作为诊治依据吗? ∴ 089
- 医学科普有什么价值? ∴ 090
- 治疗可以“跟着病友走”，对吗? ∴ 091
- “专家”“权威”的医书可靠吗? ∴ 091
- 网络上、生活中广告宣传的“神药”“偏方”可信吗? ∴ 092
- 老年患者尽量追求手术后疼痛症状完全消失吗? ∴ 095
- 手术治疗三叉神经痛越彻底越好，对吗? ∴ 095
- 颜面部疼痛就是原发性三叉神经痛吗? ∴ 096
- 前脑门（颧部）疼痛就是三叉神经痛，对吗? ∴ 096
- 牙痛与三叉神经痛无关，对吗? ∴ 096
- 三叉神经痛与癫痫是一回事，对吗? ∴ 096
- 三叉神经痛都是功能性疾病，对吗? ∴ 097
- 治疗三叉神经痛的药物毒性大，对吗? ∴ 097
- 三叉神经痛能不治自愈，对吗? ∴ 097



三叉神经痛居家调养随身查

- 三叉神经痛谁都看得好，对吗？ ∴ 098
- 三叉神经痛治不好，对吗？ ∴ 098
- 三叉神经痛应该首选手术治疗好，对吗？ ∴ 099
- 三叉神经痛手术治疗效果最好，对吗？ ∴ 099
- 三叉神经痛伽马刀治疗效果好，对吗？ ∴ 099
- 开颅手术会使患者变傻，对吗？ ∴ 100

◆ part 05

居家调养

第1节 娱乐运动疗法 ∴ 102

- 三叉神经痛患者适合参与文娱活动吗？ ∴ 102
- 三叉神经痛患者适合听音乐吗？ ∴ 102
- 三叉神经痛患者应怎样选择适宜的音乐？ ∴ 103
- 三叉神经痛患者听音乐时有哪些注意事项？ ∴ 103
- 三叉神经痛患者锻炼前应做哪些准备？ ∴ 104
- 三叉神经痛患者运动治疗的原则是什么？ ∴ 104
- 三叉神经痛患者如何正确选择适合的运动？ ∴ 105
- 太极拳运动的特点和注意事项有哪些？ ∴ 106
- 练五禽戏的特点和动作要领是什么？ ∴ 106
- 八段锦的分类与动作要领是什么？ ∴ 107
- 散步对人们身体健康有什么益处？ ∴ 109
- 慢跑对人们有什么益处？ ∴ 110
- 三叉神经痛患者游泳应遵循什么原则？ ∴ 111