

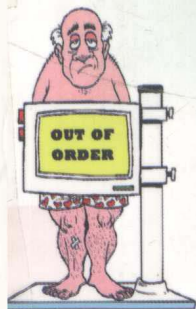
家庭保健丛书

jiatingbaojiancongsu

SHEN JING TONG
ZHI LIAO YU HU LI

神经痛治疗与护理

王方凌 编著



神经痛，搅得人坐立难安，痛苦万分！其复杂的病因往往造成误诊误治，结果病情愈加恶劣。本书将帮助你轻松认识各种神经痛的病因和病理，抓住现象，及早治疗；并加以预防和护理，还有显效神速的秘方提供！



中国医药出版社

CHINA MEDICAL PUBLISHING HOUSE

北京市东城区东直门内大街165号

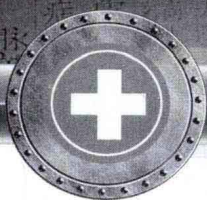
100027 电话: 010-64612422 64612423

神经痛治疗与护理

王树强 主编



本书是《神经痛治疗与护理》系列丛书之一，旨在为临床医护人员提供神经痛治疗的最新进展和护理经验。本书内容翔实，图文并茂，是临床医护人员必备的参考书。



家庭保健丛书

Jiatingbaojiancc

神经痛

治疗与护理

SHEN JING TONG ZHI LIAO YU HU LI

王方凌 编著

图书在版编目 (CIP) 数据

神经痛治疗与护理/王方凌编著. —广州: 广东旅游出版社,
1998. 3

(家庭医疗保健系列)

ISBN 7-80521-878-1

I. 神... II. 王... III. ①神经痛-治疗 ②神经痛-护
理 IV. R745.105

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 28874 号

广东旅游出版社出版发行

(广州市中山一路 30 号之一 邮编: 510600)

广州市官侨彩印有限公司印刷

(广州市番禺区石楼镇官桥村)

广东旅游出版社图书网

www.lourpress.cn

邮购地址: 广州市中山一路 30 号之一

联系电话: 020-87347994 邮编: 510600

850×1168 毫米 32 开 6.5 印张 113 千字

2006 年第 2 版第 1 次印刷

印数: 1-3500 册

定价: 10.00 元

序

神经痛是人们容易罹患的一种常见病，此症初起症状不明显，常常为患者忽略而失治。然而一旦严重暴发，治疗上就会造成很大困难。加上病因复杂，临床上又多与其他痛症（如风湿痛、腰腿痛、牙痛、头痛等）极相类似，常有误诊误治，致病情益趋恶化！

此症几乎悉身都可发生，名堂因发生部位不同而不同，大抵有：头脸神经痛、舌咽神经痛、颈肩神经痛、胸膈神经痛、腰及四肢神经痛等等。而诸多神经痛尤以发生在头面的三叉神经痛、发生在胸间的肋间神经痛、发生在腰以下的坐骨神经痛最常见也最严重。

上述痛症，痛起来如刺、如刺、如裂，痛得患者闭目歪嘴、咬牙流泪、胸闷气窒、坐不能坐、立无法立、卧又不得卧，痛楚万分！

为了消除患者痛苦和让更多的人懂得怎样预防，免受此症困扰，本书详细而通俗易懂地阐述和介绍了各种神经痛的病因与病理、现象与诊断、预防与护理及各种治疗方法；并载有不少中西医经过临床试验、显效神速的秘方、单方、妙方。患者大可“医林拾珍”，祛

除顽疾。

本书是神经痛患者治疗与护理的指南；是广大读者识别痛症和自我预防保健的有益读物；也是医务人员及医学爱好者的阅读和参考资料。

目 录

神经痛治疗与护理

序

第一章 神经痛概述

- (2) 人体内的神经分布
- (6) 什么叫神经痛
- (8) 神经痛的病因与病理
- (11) 各种神经痛的临床症状

第二章 神经痛与其他痛症的区别

- (34) 与风湿痛的区别
- (41) 与神经痛极为相似的几种痛症
- (51) 类似三叉神经痛的病症
- (53) 类似肋间神经痛的病症
- (54) 类似坐骨神经痛的病症

第三章 神经痛常用疗法

- (67) 改善体质疗法

目 录

家庭医疗保健系列®

(70) 物理疗法

第四章 神经痛的温泉疗法

(74) 温泉疗效被确认

(74) 种类、泉质与治疗效果

(79) 怎样进行温泉治疗

(81) 温泉疗法须知

第五章 神经痛的按摩疗法

(86) 按摩的作用

(90) 常用手法

(100) 怎样进行按摩治疗

第六章 神经痛的灸治疗法

(106) 灸治的作用

(107) 辨明穴道

目 录

神经痛治疗与护理

- (108) 灸治的一般常识
- (109) 灸后注意事项
- (110) 穴道的名称与位置
- (113) 三大神经痛与穴道的关系

第七章 神经痛的饮食疗法

- (116) 饮食治疗首先应注意的问题
- (117) 正确的饮食法
- (118) 可以生吃的食物要生吃
- (120) 对治疗神经痛有益的蔬菜
- (122) 食疗要针对病因
- (131) 多摄取易消化食物
- (133) 神经痛患者一周食谱例

第八章 神经痛的民间疗法

- (150) 民间疗法浅说

目 录

家庭医疗保健系列 ⑤

- (151) 怎样施行民间疗法
- (154) 治疗神经痛有效药草

第九章 三大神经痛的治疗

- (162) 三叉神经痛的治疗
- (169) 肋间神经痛的治疗
- (172) 坐骨神经痛的治疗

第十章 治疗原则

- (182) 引发病因要根治
- (182) 安静疗法莫忽视
- (183) 排便天天要顺畅
- (183) 正确使用镇痛剂
- (183) 温热疗法乃需要
- (184) 患者饮食应注意
- (184) 情绪安定很重要

目 录

神经痛治疗与护理

第十一章 神经痛的预防知识

(188) 病情与物质、气候的关系

(192) 注意日常生活的规律性

第一章

神经痛概述



人体内的神经分布

要知道神经痛的病因病理，首先应了解人体内的神经分布。

如果说血管是体内的“交通网”，那么，神经便是扩散到身体各角落的“通信线”，它具有热、冷、痛的知觉。左、右转弯时，脚能自然转向，发痒时，手会自动伸去抓搔，以及心脏的鼓动、胃肠的蠕动等，都是神经作用的结果。

这些神经纤维均很敏锐，在体内呈极复杂的分布。

神经系统就像株大树，以脑和脊髓为主干，分出许多支干，构成网脉，扩至全身；而其分布即使是小若指尖的末梢神经，均有其一定规律性的结构。

脑部分出 12 条神经，脊髓分出 31 对神经，这些神经各有其特定功能。

神经依其功能可分为三类：植物神经、知觉神经及运动神经。

植物神经——能感觉体内各组织所产生的变化，而使各器官进行植物式机能者，称植物神经。

知觉神经——能感觉外界的状况者，称知觉神经，是从脊髓，也就是中枢神经所分出来的。



半夜以前，一小时的睡眠比凌晨三点后的睡眠更有价值。

运动神经——综合体内外所感受的刺激，产生适当反应的运动者，称运动神经。

脑部分出来的 12 条神经，称脑神经。而与脑连结的脊髓所分出的 31 对脊髓神经，分布在身躯的左右，称为末梢神经。

人体的植物神经又分为交感神经及副交感神经，沿脊髓的两侧分布到内脏、肌肉、血管、皮肤、全身，它负责调节人体内无意识的、自然产生的作用，如呼吸、消化、发热、冒汗等，故又称为自律神经。

交感神经和脊髓神经是相混的（尤其是手臂的正中神经、尺骨神经、坐骨神经，所含植物神经特多），此外，在脊髓两侧的血管、内脏神经，是纵向成念珠状的（称节状索），也分布在脊髓神经中。

节状索是由交感神经细胞组成的，其上端与脑部连结，并与脊髓横向相连。

副交感神经（又称为迷走神经）可分为头部与腰部，同样与脑或脊髓神经相连。

脑神经，主要是分布在头部，包括：嗅神经、视神经、动眼神经、滑车神经、三叉神经、外展神经、颜面神经、耳蜗前庭神经、舌咽神经、迷走神经、副神经、舌下神经等。

至于知觉神经和运动神经，在脊髓神经分支处，分成前（运动神经）后（知觉神经）二部分，至神经节（神经细胞群集而成的瘤状物）处又结合，再分布到脊、胸、腹及手脚各部。

健康的最好药品是运动，长寿的最好补品是美好的心情。



而颈部、腹部及背脊突出处，原来集合或分散的神经丛，再分成一支支的知觉神经、运动神经，连接至骨髓、肌肉与皮肤。

分布在人体各部位的神经，各有其特定功能，其中，能直接将痛感传到脑部的，有脑、脊髓神经，及植物神经，但这不是说运动神经没有痛感。

由于脊髓神经与各末梢神经之间，有密切的关联，所以，一旦受到侵害，都能透过神经节，将痛感传达至脑部。

而且脑神经中，除视神经、嗅神经等有特别功能者外，均有传达痛感的功能。

如此说来，大部分的神经都能传达痛感，只是传达方法有所差别，而被刺激部位不同，感受程度也相异。

大体而言，脑、脊髓神经有一定的痛感，而交感神经所产生的是模模糊糊的痛感。

通常脑脊髓神经不论哪一部位受到侵害都能敏锐地将受侵程度原原本本地传达到脑部。

也就是说，冲击愈大，疼痛的感觉也愈强烈，而微小到像虫爬在身上的压力，也能敏锐地察觉出来。

相对地，植物神经的传达功能就较为迟钝。此种神经特征是：不论哪个部位受到刺激，都不能立刻了解疼痛的程度，只能模模糊糊地感到疼痛。

植物神经所感受到的痛法，有多种，如掐挤痛、重压痛、扭转痛等等。



长寿四步曲：心不烦，脸不板，嘴不贪，体不懒。

前述的那些自脊髓神经分出，直至皮肤的神经，在受到伤害时，愈末端的部位，疼痛的范围愈窄，愈接近大分枝的地方，痛的范围愈宽。

结成神经丛处，一条神经根会分出无数神经，故即使只伤到神经根，疼痛感也会扩散各处。如以显微镜来观察分布到肌肉的神经，可发现粗神经根与细神经根并列，前者是脊髓神经，后者是植物神经。

神经纤维依其大小，可分为 A、B、C 三色，A 还可分成 $A\alpha$ 、 $A\beta$ 、 $A\gamma$ 及 $A\delta$ 四种。

痛感神经是所有的知觉神经中最为细小的。其中， $A\delta$ 及 C 传达皮肤及肌肉的痛感，B 传达内脏的痛感。

A 的直径小于 4micron(1 micron 是 1 % 毫米)，其传达痛感的速度是每秒 6 ~ 120m；C 的直径 1 micron，速度每秒 0.52m；B 的直径为 3 micron，速度 3 ~ 15m。

A 存在于脑脊髓中，B 存于植物神经中，C 则二者皆俱，三者均为传达痛感的神经，而传达速度却有快慢。实在很有趣，当你触到赤热的火钳时，立即会有感觉，但要稍停之后，才会有钝痛之感，即是此故。

此外这些纤维对于种种障碍的感受力，也各有不同。例如对温度之感觉，A 在较低温时即有痛感，而 C 至高温时才有相同的感受。

以古柯碱 (Cocaine) 做麻醉剂，C 麻痹得最快，

一日三笑，人生难老；一日三恼，不老也老。



A 则最后才麻痹。

当以外力加压时，反而是 A 最快麻痹，C 最后。上述种种影响神经传达痛感的作用，与神经能把疼痛加以区别的构造，均是极有趣的现象。

什么叫神经痛

神经痛是神经周围发炎或发生病变而产生阵发性反复疼痛的总称。它的疼痛只在固定的神经支配范围里出现，严格来说，没有像运动麻痹或知觉障碍那种他觉的神经症状。

当某一神经真正产生神经痛时，痛感立刻如箭般沿着该神经走向疾射，即使施加压力，也无法止痛。痛点能从一点扩散到四方。

但不是身上所有发生疼痛都是神经痛，这一点值得注意。

当疼痛发生时，需先确定是神经本身产生的痛感，还是因为皮肤、肌肉、骨头、关节或内脏有毛病而引起的。

至于神经本身产生的痛感方面，各痛感神经自末端、结成神经后根，进入脑脊髓，至大脑皮质，不论刺到其间任何部位，都会发痛，而最容易感到疼痛的是末梢神经、脊髓的后根、后角及脑神经根视丘和脊髓间的神经道等六处。

神经痛的疼痛感与他种病症并不相同，它有明确



养生四难：名利不灭，喜怒不除，声色不去，滋味不绝。