

疼痛的治疗

TENG TONG DE ZHI LIAO

钱自亮 主编



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

疼痛的治疗

主 编 钱自亮 深圳市第四人民医院疼痛科

副主编 韩卫东 深圳市第四人民医院疼痛科

编 者(按姓氏笔画为序)

张小雷 湖南省第二人民医院疼痛科

张亦文 湖南省第二人民医院疼痛科

杨支雄 湖南省第二人民医院疼痛科

周玲君 湖南省第二人民医院疼痛科

顾 晖 湖南省第二人民医院疼痛科

钱自亮 深圳市第四人民医院疼痛科

韩卫东 深圳市第四人民医院疼痛科



科学技术文献出版社
SCIENTIFIC AND TECHNICAL DOCUMENTATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

疼痛的治疗 / 钱自亮主编, -- 北京 : 科学技术
文献出版社, 2013.4

ISBN 978-7-5023-7625-3

I. ①疼… II. ①钱… III. ①疼痛—治疗 IV.

①R441.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 255087 号

疼痛的治疗

策划编辑:薛士滨 责任编辑:张宪安 李乐德 责任校对:李乐德 责任出版:李 洁

出 版 者 科学技术文献出版社

地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038

编 务 部 (010)58882938,58882087(传真)

发 行 部 (010)58882868,58882866(传真)

邮 购 部 (010)58882873

网 址 <http://www.stdp.com.cn>

发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销

印 刷 者 湖南雅嘉彩色印刷有限公司

版 印 2013 年 4 月第 1 版 2013 年 4 月第 1 次印刷

开 本 850×1168 1/32 开

字 数 276 千字

印 张 12

书 号 ISBN 978-7-5023-7625-3

定 价 49.00 元



版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

前 言

疼痛已被认为是第五大生命体征,是人的一生中感受最多的一种不愉快的感觉,也是人们就医最常见的原因之一。以前,人们对疼痛的认识存在一些误区,对待疼痛的态度是能忍则忍,或者对疼痛不够重视,以至短痛变成长痛,急性痛变成慢性痛,或者长期在疼痛的折磨中寻找治疗疼痛的方法。随着现代医学科技的发展,人们生活水平提高及患者对医疗服务需求的增加,疼痛越来越受到人们的关注。国家卫生部在 2007 年正式发文,在《医疗机构诊疗目录》中增加疼痛科为临床一级诊疗科目,这对我国新兴疼痛医学事业的发展,起到了极大的推动作用,同时也对开展疼痛临床工作的医务工作者提出了更高要求。

创建疼痛科,专门治疗一些顽固性的慢性疼痛,开展无痛诊疗,使患者在近乎无痛中接受诊断检查和治疗操作,是医务人员和患者一直以来追求的目标。但由于疼痛科相对于其他传统专业学科而言,是一门崭新的专业学科,大多数人对这门新兴的疼痛学科不熟悉,甚至一些医务人员也不太了解疼痛科能治疗哪些疾病?慢性疼痛是症状还是一种疾病?疼痛科的治疗方法有哪些?其核心技术是什么?疗效怎样?是治标还是治本?

为了让人们能尽快地了解疼痛学专业，让大家知道，慢性疼痛本身就是一种疾病，疼痛是有害的，疼痛是可以被管理的，是可以科学镇痛的，疼痛也不需要强忍的，同时也让慢性疼痛病人求医有门，为此，我们特编写了这本《疼痛的治疗》，让人们对疼痛学这门专业有所认识和了解。

本书系统地介绍了疼痛的概念和疼痛的危害，哪些疼痛需立即就医，疼痛的药物治疗、物理治疗、中医中药治疗以及头痛、三叉神经痛、肩颈上肢疼痛、胸肋疼痛、腰及下肢痛、骨关节痛、癌痛、手术后疼痛等常见疼痛的诊断、治疗和康复，让读者自己对疼痛有个初步的认识，懂得一些防治知识，进而有针对性的就医。本书文字简洁、通俗易懂，实用性、科学性、针对性强，是疼痛患者的良师益友，亦可供医务人员诊治疼痛阅读参考。

由于时间仓促，加上水平所限，本书错误和不妥之处在所难免，敬请读者、专家教授指出雅正，以便再版时修改，充实、提高。

钱自亮

2013年2月于深圳

目 录

第一章 疼痛的概念、病因、分类与危害	(1)
第一节 什么是疼痛	(1)
一、慢性疼痛的共同症状及疼痛性疾病的种类 ...	(2)
二、慢性疼痛的主要治疗方法	(2)
三、慢性疼痛患者需注意的事情和误区	(3)
第二节 疼痛的病因与机理	(3)
第三节 疼痛分类	(5)
一、疼痛的常用名词	(5)
二、疼痛的分类	(7)
第四节 疼痛的测量与评估	(11)
一、视觉模拟评分法	(12)
二、口述描绘评分法	(12)
三、数字评分法	(14)
四、45 区体表面积评分法	(14)
五、麦吉尔疼痛问卷表	(16)
六、行为疼痛测定法	(20)
七、小儿疼痛的评估	(24)
第五节 疼痛的危害	(26)
一、疼痛是多种疾病的症状表现	(26)
二、哪些疼痛需要立刻就诊	(27)
第二章 疼痛的药物治疗	(28)
第一节 疼痛药物治疗的基本原则	(28)

一、要明确诊断,准确评估疼痛的强度	(28)
二、制订药物治疗计划,选择最方便的给药方式	(28)
三、选择适当的镇痛药物和剂量	(29)
四、制定适当的给药周期,及时调整药物剂量 ...	(29)
第二节 阿片类镇痛药	(30)
一、阿片类镇痛药的药理作用	(30)
二、作用与用途	(31)
三、常见阿片类镇痛药的用法	(31)
四、阿片类镇痛药的不良反应	(32)
第三节 非甾体抗炎镇痛药(NSAIDs)	(33)
一、NSAIDs 的药理作用	(33)
二、作用与用途	(33)
三、不良反应的防治	(33)
四、预防及处理	(33)
第四节 疼痛治疗的辅助用药物	(35)
一、抗抑郁药(antidepressants)	(35)
二、抗癫痫药(AED)	(36)
三、其他药物	(37)
第三章 疼痛的物理疗法	(39)
第一节 物理因子对人体的治疗作用	(39)
一、物理因子的直接作用	(39)
二、间接作用	(40)
第二节 物理疗法的临床治疗作用	(40)
一、消炎抗菌作用	(40)
二、镇痛、镇静、催眠作用	(40)
三、兴奋神经-肌肉	(41)
四、缓解痉挛、软化瘢痕、消散粘连	(41)

五、加速伤口愈合和骨痂形成	(41)
六、增强机体免疫力作用	(41)
第三节 物理疗法治疗技术的选择与运用	(42)
一、治疗方法的选择	(42)
二、治疗方法的运用	(43)
第四节 疼痛的物理治疗技术	(43)
一、理疗	(43)
二、超激光	(44)
三、超短波	(44)
第五节 常见疼痛的物理治疗	(45)
一、急性疼痛	(45)
二、亚急性疼痛和慢性疼痛	(46)
三、癌性疼痛	(46)
第六节 理疗的反应及处理	(46)
一、正常反应	(46)
二、异常反应及处理	(46)
第四章 疼痛的中医中药治疗	(48)
第一节 中医中药治疗疼痛的基本原则	(48)
一、整体调节, 综合治疗	(49)
二、明辨标本, 权衡缓急	(49)
三、选择适应范围, 择痛、择期施治	(50)
第二节 常用内治法	(50)
一、止痛法的基本内容	(50)
二、脏腑常用止痛法	(54)
第三节 常用外治法	(58)
一、针刺止痛法	(58)
二、灸法	(62)

三、推拿止痛法	(63)
四、拔罐法	(72)
五、外敷法	(72)
六、熏法	(74)
七、药棒疗法	(75)
八、磁穴疗法	(75)
九、穴位埋线疗法	(75)
十、割治疗法	(76)
十一、清洁疗法	(76)
第四节 疼痛的气功疗法	(76)
一、气功镇痛机理	(76)
二、气功镇痛的应用范围	(78)
三、气功镇痛的基本方法	(78)
四、其它功法	(82)
第五节 止痛中药的选择	(85)
一、解表止痛药	(86)
二、清热止痛药	(88)
三、祛风湿止痛药	(92)
四、祛寒止痛药	(94)
五、理气止痛药	(95)
六、活血止痛药	(97)
七、补益止痛药	(99)
八、祛湿止痛药	(100)
九、熄风止痛药	(100)
十、开窍止痛药	(101)
十一、泻下止痛药	(101)
十二、外用止痛药	(101)

第五章 疼痛治疗新技术	(103)
第一节 交感神经阻滞	(103)
第二节 脊柱注射疗法	(107)
第三节 三叉神经微创介入治疗	(110)
第四节 射频靶点热凝技术	(111)
第五节 臭氧(O ₃)治疗技术	(113)
第六节 低温等离子椎间盘髓核成形术	(114)
第七节 镇痛泵	(115)
第八节 椎间孔镜	(118)
第九节 鞘内药物输注系统治疗顽固性疼痛 ---	(119)
第十节 脊髓电刺激疗法	(120)
第六章 头痛的治疗	(123)
第一节 头痛的病因	(123)
第二节 头痛的分类	(125)
第三节 偏头痛的诊断及治疗	(126)
第四节 紧张型头痛	(131)
第五节 丛集性头痛	(133)
第六节 颅内压变化性头痛	(134)
第七节 药物诱导性头痛	(135)
第八节 颈源性头痛	(136)
第九节 头痛的预防	(142)
一、合理用药	(142)
二、头痛的误诊与误治	(142)
三、老年人头痛	(144)
四、预防头痛十项措施	(145)
五、哪些头痛需立即就医	(146)
六、应对头痛日常保健 12 招	(147)

第七章 三叉神经痛与舌咽神经痛	(148)
第一节 三叉神经痛	(148)
一、什么是三叉神经痛	(148)
二、三叉神经痛的分类	(148)
三、三叉神经痛的病因	(149)
四、诊断与鉴别诊断	(149)
五、三叉神经痛治疗方法	(151)
六、预防和日常保养	(156)
第二节 舌咽神经痛	(157)
一、什么是舌咽神经痛?	(157)
二、舌咽神经痛的分类	(157)
三、舌咽神经痛的诊断	(158)
四、舌咽神经痛的治疗	(159)
五、舌咽神经痛的针灸疗法	(161)
六、舌咽神经痛的预防	(161)
第八章 颈、肩及上肢疼痛	(162)
第一节 颈椎病	(162)
一、颈椎病的分型及临床特点	(162)
二、颈椎病的发病原因及预防	(163)
三、颈椎病的治疗	(163)
四、颈椎病治疗的五大误区	(165)
五、颈椎病日常活动指导	(166)
六、颈椎病自我按摩操	(166)
七、颈椎病饮食调理应遵循的原则及饮食疗法	(167)
第二节 颈肩肌筋膜炎	(167)
一、病因	(168)
二、临床表现及体征	(168)

三、治疗	(168)
四、颈肩肌筋膜炎的预防措施	(168)
五、颈肩肌筋膜炎的康复疗法	(169)
第三节 肩关节周围炎(肩周炎)	(169)
一、病因及分类	(170)
二、临床表现与诊断方法	(170)
三、治疗方法	(171)
四、自我运动疗法	(172)
五、功能锻炼	(173)
六、食疗药膳	(176)
七、康复疗法	(177)
八、预防需知事项	(177)
第四节 肱骨外上髁炎	(178)
一、临床表现	(178)
二、治疗	(178)
第五节 狭窄性腱鞘炎	(182)
一、临床表现	(183)
二、治疗	(183)
三、腱鞘炎日常护理和锻炼方法	(183)
第九章 胸部疼痛	(185)
第一节 肋间神经痛	(185)
一、临床表现	(185)
二、治疗	(185)
三、如何保健	(186)
四、食疗方法	(186)
五、中医验方	(186)
第二节 肋软骨炎	(187)

一、临床表现	(187)
二、治疗原则与方法	(188)
三、食疗方法	(188)
第十章 神经病理性疼痛	(190)
第一节 带状疱疹后神经痛	(190)
一、带状疱疹的定义及分期	(190)
二、带状疱疹后遗神经痛的临床特点	(191)
三、带状疱疹后神经痛的治疗	(191)
四、影响疗效的有哪些因素	(192)
五、食疗—香蕉对治疗的辅助作用	(193)
六、预后——5%的后遗神经痛患者难治的原因	(194)
第二节 复杂性区域疼痛综合征	(194)
一、定义及病因	(195)
二、分类	(195)
三、临床特点	(196)
四、治疗	(196)
第三节 糖尿病性神经病	(198)
一、病因	(198)
二、临床特点	(198)
三、诊断	(199)
四、治疗	(199)
五、如何发现糖尿病性神经病变?	(200)
六、糖尿病并发周围神经病变的几种检查方法	(200)
第十一章 腰及下肢痛	(202)
第一节 腰椎间盘突出症	(202)
一、临床特点	(202)
二、影像学检查	(203)

三、治疗	(204)
四、好发人群	(206)
五、常见的诱发因素	(207)
六、预防	(207)
七、药膳与药酒	(208)
第二节 急性腰扭伤	(210)
一、临床特点	(210)
二、治疗	(211)
三、预防	(211)
第三节 梨状肌损伤综合症	(212)
一、病因	(212)
二、临床表现	(212)
三、治疗	(213)
四、预后	(213)
第十二章 骨关节痛	(214)
第一节 创伤性关节炎	(214)
一、概述	(214)
二、病因及发病机制	(215)
三、临床表现	(220)
四、实验室及辅助检查	(220)
五、诊断及鉴别诊断	(222)
六、治疗	(222)
第二节 骨性关节炎	(223)
一、概述	(223)
二、病因及发病机制	(223)
三、临床表现	(227)
四、实验室及辅助检查	(227)

五、诊断及鉴别诊断	(229)
六、治疗	(231)
第三节 类风湿性关节炎	(233)
一、概述	(233)
二、病因及发病机制	(234)
三、临床表现	(239)
四、实验室及辅助检查	(240)
五、诊断及鉴别诊断	(246)
六、治疗	(249)
第四节 痛风性关节炎	(256)
一、概述	(256)
二、病因及发病机制	(256)
三、临床表现	(258)
四、实验室及辅助检查	(260)
五、诊断及鉴别诊断	(262)
六、治疗	(264)
第五节 骨形态蛋白植入疗法	(268)
第六节 骨关节炎的预防	(269)
第十三章 癌痛的治疗	(270)
第一节 疼痛的原因与分类	(270)
第二节 几种常见的癌痛	(271)
一、骨痛	(271)
二、背痛	(272)
三、头痛和面部疼痛	(273)
四、急性带状疱疹和带状疱疹后神经痛	(275)
五、腹痛和盆腔痛	(275)
第三节 癌痛伴随的神经病变	(276)

一、臂丛神经损伤	(276)
二、腰骶神经丛病变	(277)
三、颈神经丛病变	(277)
四、外围神经病变	(277)
第四节 癌痛的药物治疗	(278)
一、非阿片类镇痛药	(278)
二、阿片类药物	(280)
三、给药途径	(283)
四、更换阿片类药物和给药途径	(284)
五、镇痛辅助药	(285)
六、镇痛药副作用的控制	(289)
第五节 癌痛的物理治疗	(292)
一、物理疗法	(292)
二、热疗法	(292)
三、冷冻疗法	(292)
四、锻炼	(293)
五、电刺激	(293)
六、针灸	(293)
第六节 癌痛的微创介入治疗	(294)
一、侵入性非药理学的缓解治疗	(294)
二、肌筋膜注射	(294)
三、神经瘤和病灶内注射	(295)
四、躯体神经阻滞术	(295)
五、躯体神经毁损阻滞术	(296)
六、冷冻止痛术	(296)
七、交感神经阻滞术	(296)
八、椎管内神经阻滞	(298)

九、椎管内和硬膜外神经毁损术	(300)
十、脊髓电刺激	(300)
十一、蛛网膜下腔内阿片类药物注入	(301)
十二、放射疗法	(301)
第七节 癌痛的外科治疗	(301)
一、姑息性外科手术	(301)
二、神经外科手术	(302)
三、脊髓前侧柱切断术	(302)
四、背根切断术及背根进入区破坏术	(303)
五、颅内神经根切断术	(303)
六、垂体毁损术	(303)
第八节 癌痛的心理学问题	(304)
第九节 癌痛的出院指导	(305)
一、观念上的更新	(305)
二、家人的作用	(305)
三、家人的任务	(306)
第十节 癌痛治疗的误区	(307)
一、不找肿瘤专科和疼痛专科	(307)
二、过早服用阿片类药物会上瘾	(307)
三、止痛药痛才吃,不痛就不吃	(308)
四、长期使用杜冷丁止癌痛	(308)
第十四章 急性疼痛	(309)
第一节 概述	(309)
一、急性疼痛的发生机制	(310)
二、急性疼痛的分类	(310)
三、急性疼痛临床常用的治疗药物	(311)
第二节 病人自控镇痛(PCA)	(313)