



疼痛要“止”不要“忍”

现状 疼痛就诊率不足六成

疼痛是一种与组织损伤或潜在组织损伤相关的感觉、情感、认知和社会维度的痛苦体验。作为机体面临损害或疾病的信号,疼痛提醒患者应加以重视,及早就医。目前,疼痛已成为继心脑血管疾病、肿瘤之后的第三大健康问题,但公众对于疼痛的疾病知晓率只有14.3%,慢性疼痛患者的就诊率不足60%,经过治疗后,完全缓解率不足20%。

根据持续时间,疼痛可分为急性疼痛和慢性疼痛。急性疼痛通常由创伤、手术或疾病引起,持续时间较短;慢性疼痛

持续时间较长,一般在三个月以上仍无法缓解,被称为“不死的癌症”。疼痛可由多种原因引起,表现具有多样化和差异化,即使病因相同,每个患者症状也不尽相同,并会随时间而变化。

数据显示,全球慢性疼痛的患病率约为38%,头、肩、腰是慢性疼痛的主要部位。我国慢性疼痛患者超过3亿人,且每年增加2000万人左右。中日友好医院疼痛科樊碧发教授表示,慢性疼痛可导致患者情绪、睡眠障碍。疼痛需要通过多学科、多维度进行管理,同时需要倡导科学规范化镇痛观念。

就 诊

准确描述疼痛很重要

门诊常有人说头痛、肩膀痛、肚子痛……却又无法详细准确描述。对此,浙江省绍兴市中医院麻醉疼痛科副主任医师潘路平表示,可以参考以下几方面来描述疼痛的部位、时间、症状。

头痛 整个头或顶部、前额、双颞部、面颊部疼痛,考虑偏头痛、紧张性头痛、三叉神经痛等。

颈肩痛 项部、项背部、颈肩部疼痛,考虑颈椎病、肩周炎、肩袖损伤、颈肩综合征等。

胸背痛 背部、胸前、两肋肋部疼痛,考虑胸膜炎、心包炎、心绞痛、肋间神经痛、肋软骨炎等。

腰腿痛 腰中间、腰眼部、环腰一圈、腰腿部、大小腿内侧、大小腿外侧疼痛,考虑肾结石、腰扭伤、椎间盘突出、椎管狭窄、梨状肌综合征等。

腹痛 剑突下、上腹部、下腹部、脐周疼痛,考虑胃肠炎、阑尾炎、胆囊炎、妇科疾病等。

四肢关节痛 肩部、肘部、腕部、髋部、膝部、踝部、手指小关节疼痛,考虑肩周炎、网球肘、腕管综合征、髌关节炎、膝关节炎、踝扭伤、足跟痛等。

不同的疼痛感受说明症状也不同。比如,钻顶样痛在腹部,说明有蛔虫等;爆裂样痛在头部,考虑颅内高压症、脑出血等;跳动样痛多为动脉血管异常搏动导致,如偏头痛;撕裂样痛常见于主动脉夹层破裂;压榨样痛多发于心绞痛、心肌梗死等;刀割样痛常见于胆囊结石、肾结石;触电样痛考虑为带状疱疹后神经痛、三叉神经痛等。

疼痛的持续时间也是重要指征。此外,疼痛的伴随症状也有一定代表性,如偏头痛常伴随恶心呕吐、视物模糊;颈椎病伴有头痛头晕及双上肢放射痛或麻木;肩周炎同时伴上肢抬举困难;腰椎间盘突出常伴下肢放射性疼痛及麻木;膝关节炎常出现局部膝关节肿胀及负重时加重等。

治 疗

“十八般武器”解除疼痛

什么样的病症适合到疼痛科治疗?甘肃省兰州市妇幼保健院疼痛科主任李彤介绍,主要是各类慢性疼痛、神经病理性疼痛和癌痛。

针对不同病症有不同疗法。其中,射频神经调节、毁损是一种物理性神经阻滞疗法,适应证有:颈、胸、腰椎小关节痛和脊神经后支痛;骶髂关节痛,强直性脊柱炎;三叉神经痛;蝶腭神经节的射频毁损;星状神经节的射频毁损;胸、腰交感神经节的射频毁损;癌痛治疗等。三氧(臭氧)治疗适用于颈腰椎髓核消融、膝关节腔注射、治疗顽固性带状疱疹后遗痛等。三氧具有消炎和止痛作用,注射到神经根周围后,神经根性疼痛可以立刻缓解。胶原酶溶核术是在C型臂X线机、CT引导下,将胶原酶准确地注射到突出的椎间盘内及周围,使突出的椎间盘溶解并吸收,解除其对神经根的压迫。适应证为诊断明确的颈椎病或腰椎间盘突出症,经1—3个月保守治疗无效者。银质针疗法主要针对病程较长的慢性软组织疼痛,经其他疗法效果不佳且伴有局部软组织僵硬损伤的病症。小针刀疗法治疗时切口小,治疗时间短,适应证有颈椎病、腰椎病、骨关节病、软组织损伤、外伤性滑囊炎、腱鞘炎、肌肉筋膜炎。

湖南省老年保健协会发放500万元看牙消费券,惠及民生,社会反响热烈,领取者纷纷点赞“得到实惠”

领了看牙消费券,终于能安心治牙了!

第一批看牙用消费券已领完,第二批正开放领取! 现在看牙,还能叠加口福补贴30%—70%! 报名电话:0731-85573666

一口好牙,本是乐享晚年的保障。然而,看牙难、看牙贵、医保难报销却令老年人望而却步。今年更是特殊,受疫情影响,大家都很难,很多老年人为孩子为家庭能省则省,不愿意治疗,导致病情一拖再拖。

长沙72岁的刘先生就是其中之一。他听闻儿子今年工作受到影响,不想因为牙病这个小问题给儿女添麻烦,强忍着牙痛没有就医。直到他从《快乐老人报》上读到湖南省老年保健协会联合口福行动共同发放500万元看牙消费券,眼前一亮,赶紧拨打电话报名。“领了看牙消费券,省了几千元,我能安心看牙了!”刘先生。

据悉,看牙消费券第一批已领完,目前开放了第二批看牙消费券的报名领取通道。现在报名者还能同时享受口福行动30%—70%的补贴,机会十分难得! 报名热线:0731-85573666。

烤瓷牙不行了,领券换种植牙

刘先生:72岁,缺牙1颗、多颗牙松动,患有牙周炎

获看牙消费券:6000元

牙齿是消化系统的第一道门槛,老年人看牙不是一件小事。刘先生5年前缺一颗牙,为了省钱,做了烤瓷牙修复:装一个烤瓷桥三个烤瓷

牙,并将缺牙部位相邻的两颗好牙磨小,将牙神经去除。今年他发现以前做的烤瓷桥连带好几颗好牙都严重松动,还引起牙周发炎,常常半夜疼得睡不着,吃也吃不下,只能喝粥。眼看着身体一天天衰弱,他想把烤瓷桥摘了,去做种植牙。“不过,做种植牙毕竟价格摆在那,不是小菜钱。所以我看报纸了解到有这个看牙消费券,就立马打电话报名了。”刘先生说,儿女都要各顾各家,他自己能搞定的事,会自己处理。

“早就该做种植牙的!我们老人本来好牙就不多,做1个烤瓷牙要搭上两颗好牙,真是赔本买卖。”刘先生说,他做种植牙,选进口品牌种植牙根,加上牙冠,领取口福行动的消费券后,仅花费8000元。“种植牙可比原来那烤瓷牙好多了,省事又好用!”

龋齿令种牙更难了,领券后放心治

吴先生:78岁,多颗缺牙、龋齿

获看牙消费券:9000元

78岁的吴先生上排牙齿多颗牙缺失多年,曾做过固定牙齿、活动假牙,折腾了多次修复,始终觉得不舒服,不满意。听说种植牙接近真牙,去年底他已请谭建武院



左图:湖南省老年保健协会秘书长赵凯接受采访
右图:首批看牙消费券受益市民现场领取消费券



长给他设计了即刻种牙修复方案——种3颗种植牙,做个连行拱桥牙冠。本来约好年后就做即刻种牙的,没想到被疫情耽搁了。近两个月,口福行动种植牙诊疗项目恢复后,他打算去种牙,结果检查发现一颗龋齿烂了大半,需要拔除,种牙方案有变,种牙又得延后,费用也更多,吴先生十分懊悔。

医护人员考虑到他的实际情况,建议他考虑领消费券:“吴爹,现在有优惠券政策,还叠加口福补贴,算下来比您去年那个价格还要低。”“那可以,给我省几千块,我报名!”吴先生6月1日在领取看牙消费券后,成功进行了龋齿治疗加种植牙修复。手术那天他竖起大拇指:“你们价格优惠了,服务没打折,效果蛮好!”

“虽然儿女说‘你该用的钱不要省’,可我们这些老人一把年纪了,还能到哪里去挣钱

啰?可以省下的钱,干嘛不省?省了钱就等于赚了钱。”吴先生与邻居扯谈时笑着说。

第二批看牙消费券领取中 还可叠加口福补贴30%—70%

“本次看牙消费券活动的目的就是要提高市民的看牙护牙意识,切实减轻市民看病负担。”湖南省老年保健协会秘书长赵凯说,解决老年人看牙难是一个重要的民生工程,发放看牙消费券,可以抵现金,能切实减轻老年人的看牙负担。

据悉,湖南省老年保健协会联合口福行动长沙组委会发放500万元看牙消费券,活动针对100周岁以内的湖南市民及外地常住居民,涵盖了牙齿种植、矫正、修复、检查、牙周

治疗等各方面,为市民提供暂未纳入医保报销的看牙消费券补贴。由于第一批看牙消费券已领完,目前开放了第二批看牙消费券的领取通道。

1.首次报名患者,可免费申请2000—20000元不等的看牙专项消费券,可适用于牙齿种植、矫正、修复等项目(再享口福行动30%—70%补贴政策)。

2.半口、全口牙齿缺失者,种植牙补贴额度提高,最高可申领25000元看牙消费券!

本次活动指定医疗机构:长沙好大夫口腔(省市医保定点、湖南省老年保健协会理事单位、数字种植中心临床基地等)。

时间:即日起到6月30日。
人数:100人(限量预约,保障补贴落实)。

报 名 热 线 :
0731-85573666。(文/杨蓓)

第一批消费券领取者情况(部分)			
姓名	电话	补贴项目	补贴金额(元)
马xx	176****1725	牙齿种植	4888
李x	176****8836	牙齿种植	4661
关xx	158****0010	牙齿矫正	2125
莫xx	133****8585	牙齿种植	8211
杨x	158****8396	牙齿矫正	12400
刘xx	138****8647	牙齿种植	14680
康x	135****0939	根管治疗	1200
张xx	189****8212	牙齿种植	2415
王xx	155****7474	牙齿种植	9700
谭xx	189****5659	牙齿种植	3860
刘x	177****3508	牙齿修复	2890