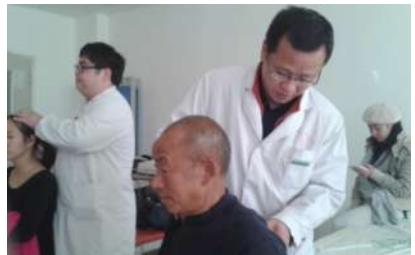


外用药虽然在皮肤黏膜表面正确使用较为安全,但多有刺激性、腐蚀性或毒性较大,不可内服。

# 有些痛,“像雾像雨又像风”

图/文傅辉

**导语:**据康復科专家介绍,临幊上有些颈肩腰腿痛病症,不一定哪里有病哪里疼,常常“声东击西”,让你感觉“像雾像雨又像风”,给患者以错误判断。比如颈椎间盘突出,却有肩、手痛症状;肺癌有可能让你肩痛久治不愈。有些颈椎疾病也让你“雾里看花”,有的病人发病后却常被长期误诊为眼部疾患、食道癌、心血管病、癌病等。怎么纠正患者对自己的“误诊”,记者采访了市中心医院同济咸宁医院、市中医院及195医院接诊患者的康復科专家。通过患者的症状、专家的诊治,让我们对有些疼痛症知识有一些了解。



## 肩手痛不一定是肩周炎

前不久,市中医院康復科主任刘良生接诊一位进来就自称来看肩周炎的患者。

刘良生很认真地听患者的自诉:手痛肩膀痛,偶尔手指还发麻,有时甚至整个上肢痛。刘良生听完,问患者颈椎部有无疼痛或者不适?听刘良生这么一说,患者也感觉是有点“僵”的感觉。刘良生分析,患者可能是颈椎压迫臂丛神经,引起上肢疼痛、麻木、手

痛症状,可能是颈椎间盘突出。并为患者开了一个核磁共振检查,确诊如判断。

刘良生介绍,颈椎间盘突出由颈部创伤、退行性变等因素导致。致伤原因主要是加速暴力使头部快速运动导致颈部扭伤,多见于交通事故或体育运动,可由前方、后方、侧方撞击致伤,而以车尾撞击引起的颈部过伸-加速损伤所致的椎间盘损伤最为严重。一般认为急

性颈椎间盘突出症是在椎间盘发生一定程度退行性变的基础上,受到一定外力作用发生的,但亦可见于原无明显退变的椎间盘。

导致肩痛的还有肩袖损伤,此种病的临床特点明显区别于肩周炎,肩关节的活动度并没有多大影响,通过做相关的查体、影像学检查,临床医生诊断容易确诊。

## 肩痛久治不愈,小心肺癌

一患者以为自己肩痛可能是肩周炎,于是来到市中心医院同济咸宁医院康復科,李晚桂医师通过接诊后怀疑患者是肺癌。

“肩痛怎么可能肺癌?这根本风马牛不相及。是不是故意要我做无谓的检查,好乱收费啊。”患者怎么也不相信李医师的诊断,还有点“出言不逊”。李医师通过询问,患者有咳嗽,并伴胸闷气促症状。李医师于是开出一份心肺CT检查单,检查结果确诊是肺癌。李医师解释:“内脏神经反射,导致颈、肩、背等部位疼痛。所以肺癌有可能通

过肩痛来表现。”  
“我一直感到肩膀痛,以为只是肩周炎,休息休息就会好,一拖就是一年多,一直不好才来看医生,竟发现习以为常的肩痛原来是肺癌,真是后悔不已。不好意思,我错怪了你们医生。”患者真是悔不当初。

临床发现,早期肺癌病人有许多身体症状,如久治不愈的肩痛、咳嗽与胸肩部隐痛;慢性咳嗽者咳嗽性质改变,转为刺激性干咳、痰中带血等等,均需警惕肺癌的发生,需作进一步检查。

李医师建议,不吸烟、少喝酒、改善居住环境、调整饮食结构、增强健康体检等,都可预防肺癌。如同“车要保养”,人也同样要保养。对于家族有肿瘤史、长期抽烟且大于50岁男性、经常有胸痛、声音嘶哑、咳血等症状,或肺部有肩痛感、手指麻木等,则需尽早筛查,以排除肺癌可能。

我市几家医院每年都会在康復科发现几十例肺癌患者,大都是看肩痛发现的。所以患者不可大意,以免延误病情,失去最佳治疗时机。

## “骨刺”不能靠爬山磨平

市中心医院康復科接诊一位骨刺患者,该骨刺患者认为多登山、跑步会将骨刺磨平。据冯美果主任介绍,有这种错误观点的骨刺患者还有不少。

冯主任介绍,登山和长时间的跑步虽然可以增加股四头肌、“登山肌”(髂肌、腰大肌)力量,但是这项活动对于膝骨性关节病的患者来说却不是很合适,非但不能将骨刺磨平,还将加重膝关节负担,导致磨损增加,

症状加重。  
所以,冯主任建议,在急性期疼痛加重,要尽量减少受累关节的活动量,患者可适当卧床休息,通过休息来减少受累关节的机械性刺激,这不仅有效防止症状进一步加重,而且还能为炎症的消散创造一个良好的条件。要补钙,通过理疗控制病情的发展。

病情在恢复期间,要避免受潮、受寒冷等环境因素刺激,因这些不良的环境因素对

关节、肌肉、神经等组织可诱发炎症的产生,还要避免过度劳累,因过劳会刺激关节及周围组织再度炎变,而导致病情的复发。再者可以适当增加户外活动、锻炼,改善血液循环,尽量避免长期卧床休息。如长期固定某一姿势工作的患者,应注意在工间休息时变换一下姿势。

肥胖的患者宜控制饮食,增加活动减轻体重,以利于减轻关节负重,利于恢复。

## 一走一跛,原是腰椎管狭窄在“作祟”

前不久,195医院康復科主任医师刘珠彩接诊一位自诉腰骶部疼痛,站立,行走时加重,卧床、坐位时减轻。走路时好时疼,好时象正常人走路一样,疼时走路一走一跛。

“摔过跤吗?”“我前段时间从二楼掉下来过,在家休养一直不好才来的。”“你可能

是外伤性椎管狭窄,脊柱受外伤时,特别是外伤较重引起脊柱骨折或脱位时常引起椎管狭窄。”刘珠彩分析。

刘主任介绍,如果一个人腰部曾受外伤而未及时治疗,或者是之前患有腰突等疾病,他出现腰椎管狭窄的概率会非常大。随着病情的发展,患者会逐渐出现腰痛、间

歇性跛行等症状。

需要对患者制动和休息。当然,解除腰椎管狭窄不适症状最好的方法,就是赶紧查找真正的致病原因,然后对症治疗。对于腰椎管狭窄患者而言,专业的康复保健是保证治疗效果的重要一环,否则症状会有复发的危险。

## 为何走路像“踩棉花”?

一年轻文案,工作任务重,常常在办公室的电脑前一坐就是半天,几年下来,工作有成绩,可是走路总象脚“踩棉花”一样。他发现不对,可是又说不上来。于是来到市中心医院同济咸宁医院看门诊。

挂号时,医生建议他挂康復科他还有点理解,一到康復科,医生给他开了一张CX片检查单,一查,颈椎病。

据康復科医师郑刚介绍,患颈椎病的患者以开车司机、坐办公室接触电脑者居多。头、颈、肩、背、手臂酸痛,脖子僵硬,活动受限,头晕、头旋地转,重者伴有恶心呕吐、卧床不起,少数有眩晕、猝倒。出汗异常、上肢无力、手指发麻、肩背部沉重感、手握物无力、下肢无力、行走不稳、双脚麻木、走路打“飘”,行走如踩棉花。

颈椎病是一种长期积累下来的顽疾。怎么样才能治好颈椎病呢?郑刚提供三种方法供大家使用。方法一,抬高电脑显示器。把电脑的显示屏的位置抬高一点,这样脖子就不用这样低着在电脑前长时间这样了。至少抬头会让脖子舒服很多。同时,不要长时间只是一个动作,要经常转动一下脖子,舒缓一下胫骨,这样才能更好的保护脖子。方法二,随身带条小围巾因为有颈椎疾病的人是一定要注意保暖的。脖子保暖不仅可以避免脖子太劳累,而且可以避免颈椎疼。在随身带上小围巾在空调吹的很凉的时候就要围上,这样可以预防脖子受寒而疼痛。方法三,均衡饮食的营养。颈椎病的人一定要注意饮食营养的补充,尤其是钙和蛋白质就更要多补充一些,像鱼、鸡蛋等,还有就是多吃一些含维生素高的果蔬类食物。

## 这些颈椎疾病让你“雾里看花”

颈椎为进出大脑的神经中枢所占据,全身各部位的感觉从这里上传到总司令部——大脑。由于这里运动量大且位置特殊,中年过后便进入多事之秋。但有的病人发病后却常被长期误诊为眼部疾患、食道癌、心血管病、癌病等。以下症状易被误诊:

**吞咽困难:**据国外一家医学杂志报道,一名65岁的老人开始感觉咽部发痒,有异物感,后又觉吞咽困难,间断发作,时轻时重,向左侧转头时最为明显,并伴有恶心、呕吐。患者曾就诊于消化内科,被怀疑为食道癌,但胃镜检查正常。后经CT断层扫描显示为颈椎前缘骨质增生压迫食管。据近年的临床统计,约有1.6%的颈椎病患者有此表现。

**高血压:**颈椎病可致血压升高或降低,但以前者多见,称颈性高血压。这与骨质刺激交感神经有关。病人常伴有颈部疼痛、发紧、上肢麻木等典型表现。

**乳房疼痛:**系增生骨压迫第6、7颈椎的神经根所致。开始觉一侧乳房或胸大肌疼痛,间断隐痛或阵发性刺痛,向一侧转动头部时最为明显,有时疼痛难以忍受。这种疼痛如果发生于左侧,易被误诊为心绞痛,右侧则易被误诊为胸膜炎。

**下肢瘫痪或排便障碍:**系脊髓的椎体侧束受刺激所致。患者上肢麻木、疼痛无力、跛行,颈部症状多数轻微易被掩盖。有的伴有尿频、尿急、排尿不净或大小便失禁。

**视力障碍:**颈椎病还可表现为视力下降、间歇性视力模糊、一眼或双眼胀痛、怕光、流泪、视野缩小,严重者可失明。这种视力障碍与颈椎病造成的植物神经功能障碍或大脑视觉中枢缺血有关。据统计,颈椎病人中0.67%有眼部表现,但多数伴有颈椎病。

**突然摔倒:**系增生的骨质压迫椎动脉引起,易被误诊为脑动脉硬化或小脑疾患。常在行走中突然扭头时身体失去支持而猝倒,倒后因颈部位置改变而清醒并站起,不伴昏迷,但多伴有剧烈眩晕或头痛、恶心、呕吐、出汗等症状。(傅辉整理)