

# 脊髓神经电刺激治疗 带状疱疹后遗神经痛的新希望

带状疱疹 (herpes zoster, HZ)是由水痘-带状疱疹病毒引起的急性炎症性皮肤病,因其常绕腰生疮,累累如贯珠,痛如火燎,故中医学称之为:缠腰火龙、缠腰火丹、缠腰蛇丹;民间俗称:蜘蛛疮,亦名蛇串疮、火带疮、蛇缠疮、蛇丹等。急性期持续2~3周,发病率3%,80%的患者伴有疼痛,有20%的患者在皮损痊愈后会后遗神经痛。

带状疱疹后遗神经痛是一种令人难以忍受的疾病,严重影响患者的工作、生活和身心健康。得益于现代医疗技术的快速发展,脊髓神经电刺激疗法为这一疾病的治疗带来了新希望。一起来了解一下脊髓神经电刺激治疗的神奇疗效吧!

## 带状疱疹后遗神经痛概述

带状疱疹是由水痘-带状疱疹病毒引起的疾病,当病毒侵犯神经系统时,可能导致带状疱疹后遗神经痛。这种疼痛通常在疱疹消退后持续存在,有的患者疼痛时间长达数月甚至数年。带状疱疹后遗神经痛严重影响患者的生活质量,给患者带来巨大的身心痛苦。

## 脊髓神经电刺激疗法简介

脊髓神经电刺激疗法是一种神经调控技术,由体内及体外两个部分组成,包含电极、测试电缆、多程序测试刺激器、植入式脉冲发生器(类似心脏起搏器)、患者程控仪、体外充电器等多个部件。



人体的疼痛信号是通过脊髓向大脑传递的。脊髓神经电刺激疗法是将电极植入患者脊髓硬膜外腔,通过电极将脉冲发生器发出的脉冲电流传递至疼痛部位对应的脊髓神经,从而阻断传递到大脑的疼痛信号。通过电脉冲的调节,身体接受疼痛的方式和程度会发生改变——使疼痛减轻、缓解的同时,也改善因为疼痛而产生的心理障碍。

通俗来说,通过调节脉冲电流以减弱传输到大脑的疼痛信号,起到减轻疼痛的效果。此外,脉冲电流还可以调理、修复病变的神经,促进神经康复。脊

髓神经电刺激疗法具有创伤小、效果显著、可逆性强等优点,被认为是治疗带状疱疹后遗神经痛的有力手段。

## 脊髓神经电刺激治疗带状疱疹后遗神经痛的优势

1. 显著的镇痛效果:脊髓神经电刺激疗法可以减轻带状疱疹后遗神经痛的疼痛程度,显著改善顽固性疼痛,提高患者的生活质量。
2. 创伤小:与传统手术相比,脊髓神经电刺激植入术的创伤非常小,患者恢复速度快。
3. 安全性高:脊髓神经电刺激疗法是一种相对安全的治疗方法,并发症发生率低。
4. 可逆性强:如果患者对脊髓神经电刺激疗法效果不满意,可以随时去除电极。
5. 降低对药物的需求:脊髓神经电刺激疗法不需要依赖药

物治疗,从而减少或停用止痛药物,也减少药物副作用。

6. 易操作:患者程控仪操作简单,在预设参数范围内可以实现自我管理,灵活的参数调整可以根据患者自身感受调节,减少就医烦恼。

## 适应症与禁忌症

脊髓神经电刺激疗法不仅适用于多种疼痛综合征的治疗,还适用于:1. 严重颅脑创伤后;2. 大面积脑梗;3. 脑出血后;4. 缺血缺氧性脑病;5. 一氧化碳中毒;6. 其他原因导致的昏迷。然而,并非所有患者都适合接受这一疗法。患者需经过专业医生评估,确定符合适应症方可进行治疗。

脊髓刺激的禁忌症包括:凝血功能障碍、感染、椎管狭窄或脊髓病变、置入心脏起搏器或除颤器、金属过敏、疼痛区域感觉麻木、无法理解和沟通的患者以及严重的精神疾病。

脊髓神经电刺激疗法为带状疱疹后遗神经痛的治疗带来了新希望。通过神经调控技术,患者可以获得显著的镇痛效果,缓解疼痛带来的心理障碍,重拾信心,提高生活质量。

(作者:福建省第二人民医院 丁美娜 主管护师)

# 胃癌术后 如何饮食

众所周知,胃癌是常见的恶性肿瘤之一,在全球发病率上常年排名前五。胃癌治疗方法有很多,如手术治疗、化疗、放疗等,最直接有效的方法就是手术治疗,而胃癌术后的饮食管理对于患者的康复至关重要,合理的饮食不仅能提供必要的营养支持,还能促进胃肠功能的恢复,减少术后并发症。以下是胃癌术后患者饮食指导,旨在帮助患者及家属更好地进行术后的饮食管理。

## 饮食原则

### 1. 少量多餐

在完成胃癌手术之后,鉴于胃部容量缩减或功能受限,患者应实行分餐制饮食策略。建议将一日分为5至6次用餐,每次用餐量不宜过大,这样做有助于减轻胃肠道压力。保持规律的饮食时间与量,有助于形成良好的饮食习惯。

### 2. 细嚼慢咽

在胃癌手术恢复期间,由于胃部消化能力下降,食物的细碎处理变得非常关键。患者需采取细嚼慢咽的方式进食,

确保食物被充分咀嚼后再吞咽,这有助于减轻胃部受到的刺激和压力。

### 3. 营养均衡

在饮食中应确保含有充足的蛋白质、维生素、矿物质和膳食纤维等必要营养素,以支持身体的修复需求。同时,还应挑选易于消化和吸收的食物,并尽量避免食用油腻、辛辣或刺激性较强的食物。

## 具体饮食建议

### 1. 流质饮食阶段

术后初期,患者通常需要从流质饮食开始,如米汤、稀藕粉、果汁等。这些食物易于消化,不会给胃带来过大压力。随着病情好转,可逐渐过渡到半流质饮食。

### 2. 半流质饮食阶段

半流质饮食包括稀饭、面条、蒸蛋羹、菜泥等。这些食物既有一定的营养,又易于消化,患者可根据自身情况,逐步增加食物种类。

### 3. 软食阶段

随着病情进一步好转,患者可逐渐过渡到软食阶段。此时

可选择一些软烂易消化的肉类、鱼类、蔬菜等,如瘦肉粥等。避免食用过硬、过冷、过热的食物,如油炸食品、粽子、汤圆等,以免增加胃部不适。

### 4. 均衡膳食

在恢复过程中,患者应注重膳食的均衡性。适当增加高蛋白食物的摄入,如瘦肉、鱼、鸡蛋、牛奶等,以补充疾病消耗所需的能量。同时,多吃富含维生素和矿物质的新鲜蔬菜和水果,如苹果、香蕉、西红柿、菠菜。

## 饮食注意事项

在康复期间,患者需特别注意饮食方面的调养。以下是一些关键的饮食注意事项:(1)避免刺激性食物。为了减少对胃黏膜的刺激,患者应避免摄入辛辣、油腻、生冷等刺激性食物。这些食物可能会加重病情,不利于康复。(2)控制饮水量。术后初期,患者应当谨慎控制饮水量,避免一次性大量饮水,以免给胃肠带来额外负担。建议采取少量多次的饮水方式,以保持口腔湿润。(3)补充铁剂。胃癌术后患者容易出现缺铁性贫血,

因此补充铁剂至关重要。在医生的指导下,患者可以服用铁剂,并适当增加含铁丰富的食物摄入,如猪肝、猪血、鸭血、豆制品、芝麻等。(4)密切关注病情变化。在调整饮食的过程中,患者需密切关注自身病情的变化。一旦出现不适症状,应及时就医。医生会根据患者的具体情况,调整饮食方案和治疗计划,以确保康复进程顺利进行。因此,胃癌术后患者在饮食上要讲究科学合理,遵循医嘱,逐步恢复健康。

总之,胃癌术后患者的饮食管理是一项综合性的工作,需要患者及家属共同努力。通过遵循少量多餐、细嚼慢咽、营养均衡等原则,结合具体的饮食建议和注意事项,患者可以更好地进行术后恢复,提高生活质量。这样能为术后患者进一步化疗创造良好的身体条件,患者应在医生的指导下进行药物治疗和康复训练,以促进身体的全面康复。

(作者:赵丰 建瓯市立医院 普通外科 主治医师)