

# 治疗颈源性头痛 不妨试试小针刀

在繁忙的都市生活中,无论是计算机操作者,还是编辑车工,长时间低头工作、头部过度前屈、习惯高枕睡眠、生活节奏增快,这些生活方式都容易导致颈源性头痛。尤其在数字时代的今天日益年轻化,困扰着越来越多的文明人。

据统计,颈源性头痛病人占门诊头痛病人总数的80%以上。颈源性头痛常因跌扑损伤,长期伏案工作、劳累过度等造成的头颈部肌肉慢性劳损、经脉淤阻于内,气血运行不畅,从而出现头颈部肌肉痉挛以及头痛等症状。中医认为,颈源性头痛乃本虚标实。正气不固、肝肾、气血亏虚,加上外感风寒湿邪,痰浊血淤阻滞经络而发病。头为诸阳之会,因为手足的三阳经均循行汇聚于头部,头痛区域与头部的经络腧穴分布走行相符,其发病部位多位于足太阳膀胱经、足少阳胆经、督脉经过的地方,跟足阳明胃经、足厥阴肝经穴位也有

关联。中医将其归属予“头风”、“头痛”等范畴。

颈源性头痛以单侧头痛或交替发作的双侧头痛为临床特征,大多数患者间断发作,少数患者表现为持续性,以颈枕、颞部为主要疼痛区,可放散到头顶、前额或眼眶部,患者多伴有颈部活动受限,同时还可能出现肩臂部麻木疼痛等症状,有的患者伴发耳鸣、眩晕、视物模糊等状态。青少年患者还可能影响记忆力。病程长、发作频繁的头痛患者易会出现情绪抑郁、焦虑,严重影响人们的生活质量。

小针刀是在传承于传统中医针刺疗法基础上,结合现代医学外科手术手术刀而发展形成的似针又似刀的器具,治疗颈源性头痛的针刀直径仅为0.4~0.8mm,具备松解粘连、消除挛缩、解除神经卡压、疏通经络等作用,具有疗效确切、复发率低、治疗时间快、创伤小、安全性高等优点。针刀治疗颈源性

头痛的原理主要是基于与颈源性头痛相关的解剖学结构,通过松解枕部、颈部的肌肉等组织,减轻局部组织张力,解除神经的卡压刺激,另外,针刀治疗可以有效减轻颈椎病相关症状,恢复颈椎生理功能,从而消除头痛症状。

针刀治疗颈源性头痛术后即刻拔上火罐,并放出少量血液,其效能与刺络放血类似,能减轻术区的压力,去除淤血及各种阻滞经络物质,改善局部微循环,同时减轻术后反应,达

到“祛淤生新”的效果。治疗后第二天如能配合中频、牵引等理疗,药膏外用、手法整复等其他疗法,有助于进一步缓解头痛症状。

小王便是受益者。作为一名老师,他每天需要长时间伏案工作。他口服过消炎止痛药物,做过物理治疗,但效果均不明显。直到他听说了小针刀疗法,便决定试一下。经过两次治疗,他的头痛症状显著减轻,如今已摆脱头痛困扰,生活质量得到了显著改善。

虽然小针刀疗法效果显著,但仍需注意一些事项,比如血压过高,有凝血、血液系统疾病病人,患有严重心脑血管疾病病人,年老体弱的病人要选择性地治疗。针刀治疗频率一般一周一次。治疗后,局部皮肤可能会轻微疼痛,治疗完当天不洗澡,避免感染。同时,患者应保持清淡饮食,少吃油腻、辛辣、刺激性食物。治疗后配合功能训练,改变不良姿势,减少头颈部扭挫伤,工作中注意桌椅高度与自己的身材相适应,睡眠时合理使用枕头,以减少复发。

[作者:王崑萌 晋江市医院(上海市第六人民医院福建医院)主治医师]

# 放射科检查造影剂过敏全攻略

在现代医学影像检查中,造影剂是帮助医生清晰观察人体内部结构和疾病的重要试剂,比如增强CT对肾癌的诊断及鉴别诊断。但少数患者可能出现过敏反应。让我们来聊聊放射科检查造影剂过敏反应那些事。

## 造影剂是什么

以医学成像为目的将某种特定物质引入人体内,以改变机体组织和病变的影像对比度,这种被引入的物质称为“对比剂”(contrast medium),也称之为“造影剂”。

## 导致造影剂过敏反应的原因

- 患者自身因素:过敏体质(食物、药物过敏史)、基础疾病(哮喘、心血管疾病、肾功能不全)者风险较高。肾功能不全者因造影剂代谢排泄受阻,易蓄积引发过敏。
- 造影剂本身因素:离子型造影剂渗透压高、刺激性大,过敏率相对较高;而非离子型造影剂安全性更优。剂量过大或注射速度过快也会增加过敏风险。
- 其他因素:检查环境及患者心理状态(紧张、焦虑)可能通

过应激反应诱发过敏。

## 造影剂过敏反应的表现

造影剂过敏反应发作时间不一(数秒至数小时),严重程度可分为三级:

- 轻度反应:常见皮肤黏膜症状(瘙痒、红斑、荨麻疹、眼睑肿胀)及胃肠道不适(恶心、呕吐、轻微腹痛),偶有头痛、头晕、打喷嚏等,需密切观察以防加重。
- 中度反应:除轻度症状外,出现呼吸急促、咳嗽、喉头水肿、支气管痉挛等呼吸道症状,伴心率加快、血压下降及全身寒战、发热,需及时干预防止恶化。
- 重度反应:罕见但危及生命,表现为过敏性休克,如血压骤降、意识丧失、昏迷、抽搐甚至呼吸心跳骤停,需立即抢救。

## 检查前、中、后的注意事项

- 检查前:精准评估与准备患者需如实告知过敏史、患病史、用药史及晕动病情况,以便医生评估风险、选择造影剂。肾功能不全者需提前评估肾功能,按医嘱做好禁食、补水等准备。部分高风险患者可进

行过敏试验(需注意试验存在假阴性可能)。

- 检查中:密切配合与观察注射过程中患者应保持放松,如有心慌、呼吸困难、皮肤瘙痒等不适立即告知医护人员。医护人员会全程监测生命体征及症状,发现异常立即停止注射并处理。
- 检查后:留观与自我监测检查结束需留观30分钟,观察迟发反应。其间应休息、避免剧烈运动,多喝水促进造影剂排泄。回家后继续留意身体变化,若出现皮疹、呕吐、呼吸困难等异常,及时就医并说明造影剂使用情况。

## 造影剂过敏反应的处理

- 轻度反应:停止注射,保持舒适体位,必要时吸氧,给予抗组胺药缓解皮肤症状,止吐药改善胃肠道反应,密切监测生命体征。
- 中度反应:在轻度处理基础上,针对呼吸道症状给予支气管扩张剂、糖皮质激素;针对循环异常给予升压药、补液,维持呼吸循环稳定。

- 重度反应:立即启动急救,进行心肺复苏(如有骤停),给予肾上腺素、糖皮质激素、抗组胺药,开放气道(必要时气管插管),快速补液并联系多学科会诊抢救。

造影剂过敏虽有风险,但通过医患协作——患者如实告知、配合准备,医生精准评估、规范操作,可有效降低过敏发生率。即使发生反应,及时规范的处理也能最大程度保障安全。接受检查时不必过度恐慌,积极配合即可助力精准诊断,为健康护航。

[作者:林生发 福州大学附属省立医院 主治医师  
苏丽清 福建省肿瘤医院主管技师  
俞顺 福州大学附属省立医院 主任医师  
基金项目:福建省科技厅引导性项目(编号:2022Y0052),福建医科大学启航基金项目(编号:2023QH1174 )]