

# 骨科病怎样贴膏药

## 根据发病原理选膏药

从发病原理看,膏药主要面向三类疾病:

其一是活动类损伤,主要包含跌打损伤、运动扭伤、肩周炎等。肩周炎的症状是患者肩部产生疼痛,晚上临睡时症状最明显,甚至半夜痛醒;肩部有压痛,肩关节在做外展、外旋、后伸等活动时出现明显障碍。针对此疾病的膏药主要有精制狗皮膏、云南白药膏、老张家骨通筋贴。

第二类疾病,则是由外部风寒入侵、抵抗力下降引起。包含风湿性关节炎、因阳虚引发的慢性劳损淤积。风湿性关节炎是由于长期处于阴冷、潮湿等环境,使患者关节处产生红、肿、热、痛现象。发病部位主要是膝、髌、踝等下肢大关节,其次是肩、肘、腕关节,手足关节很少见。患者疼痛往往游走不定,一段时间是这个关节发作,

一段时间是那个关节不适。而慢性劳损,临床表现以腰痛为主,或见有其他部位软组织的酸痛,多为隐痛,时轻时重,常反复发作,休息后减轻,劳累后加重,在适当活动或变动体位时减轻,阴雨天多见病情加重。老寒腿就属于此类疾病。它是反复发作、久治不愈的腿部(多为膝关节)酸麻疼痛的统称,多在天阴下雨或天气转凉时触发。适合的膏药主要有麝香追风膏、伤湿止痛膏。

第三类则主要是退行性骨病,包含骨质增生、颈椎病、腰椎病等,多发于颈椎、腰椎、膝、根骨等部位,临床表现有关节疼痛、关节肿胀、关节摩擦音、关节活动受限(不能做出某个动作)。此类疾病要以强健骨质为主,可使用壮骨麝香止痛膏、伸筋通腰贴膏。

为达到更好的效果,在贴膏药之前,可以先用热毛巾或

生姜片对贴敷部位进行擦拭,这样有利于患处毛细血管扩张,可以使膏药的成分更好地通过皮肤和皮下脂肪被身体吸收,毛发浓密处需要先去除毛发再贴。

## 防过敏、去痕迹的诀窍

不少患者在使用膏药时,都面临过敏问题,症状主要有:使用膏药贴剂后,出现患处发痒、发红,或者是起小红疙瘩等现象。过敏现象的产生,是因为膏贴使用的胶布阻碍了皮肤和空气的接触。一旦出现过敏,患者可去药房购买一些生理盐水,然后用棉签蘸着生理盐水轻轻涂擦患处,即可使症状逐渐消失。此外,如果仅仅是出现了局部发红现象,可以先将膏药揭下,休息2~3小时,并使用皮炎平(复方地塞米松)软膏涂擦患处进行治疗,发痒感觉消失后继续粘贴即可,即“发痒就揭,发红就歇”。在贴膏药之前,

还可以先将一些扑尔敏(氯苯那敏)的药片研磨成粉,将其均匀撒在膏药上面,而后再将膏药贴于患处,这样绝大多数人都不会再过敏了。

很多人在使用完膏药,将其从皮肤上揭下来后,往往会发现所贴患处的边缘部位出现了黏黏的膏药形状痕迹,并且大多沾上了灰尘,很不卫生。这些痕迹用力揉搓,甚至用毛巾猛擦都难以去除,部分患者的皮肤甚至在这一揉搓过程中遭受了损伤。皮肤贴过膏药后,患处在一定时间内会比较娇嫩,此时一旦施加大量外力(如揉搓),就容易造成皮肤破损。所以想去除痕迹,断不可用蛮力。可以使用透明胶带在痕迹处反复粘贴,或者使用棉签蘸一些植物油在痕迹上多次涂抹,都可达到有效清除痕迹的目的。

驻马店天祥骨质增生医院 张继伟

## 类风湿患者要学会保护小关节

类风湿性关节炎患者在坚持治疗的同时,在生活上也要注意,以减少痛苦,延缓关节病变进展,保护关节功能。

由于类风湿性关节炎的治疗药物许多需要口服,保持健康的胃肠道功能非常重要。患者应注意饮食有节,避免寒凉刺激性食物。适当进食优质蛋白和富含维生素、微量元素的食物,增加蔬菜摄入,减少脂肪摄入。注意控制体重,以免增加关节负担。

患者在日常生活中要注意保护关节。类风湿性关节炎最常影响的是小关节,一般从手足小关节开始,如掌指关节、指间关节、腕关节等。手部关节对精细活动有重要影响,如写字、吃饭等,这些关节的病变会严重影响患者的生活质量。患者应该使用大关节从事活动,比如把拎包改为挎包。以手持物时,尽可能用双手。尽量坐有靠背的椅子,避免久站、久坐。

北京医院风湿免疫科主任医师 高明

## 警惕脑肿瘤六大预警信号

脑肿瘤很容易被误诊,如果发现以下六大症状应提高警惕:

1. 头痛。脑肿瘤引起的头痛,特点是早晨起来时头痛程度较重,活动一段时间后会逐渐缓解。
2. 喷射性呕吐。脑肿瘤如果刺激到呕吐中枢或者颅内高压刺激及呕吐中枢,就会引起剧烈的呕吐。
3. 视力障碍。出现原因不明的视力障碍或视野缺损,不管有无明显的眼底改变,均应



做头部CT检查,对可疑病例应做MRI检查。

4. 耳鸣。普通的听力受损、下降,可能因为劳累、长时间熬夜,但出现单侧耳鸣需高度警惕,这可能是脑子里长瘤所致。
5. 幻嗅。有些人生活中会出

现幻嗅的症状,如闻到腐烂食品或烧焦物品的味道,这时就要怀疑大脑内是否长了肿瘤。因为大脑颞叶内侧面是人的嗅觉中枢,如果这个位置发生了病变,就会出现幻嗅的症状。

6. 内分泌失调、肢端肥大。肢端肥大是嗜酸性垂体瘤典型的临床征象。如果处于育龄阶段的非妊娠妇女出现了闭经、泌乳症状,不排除是脑肿瘤发病的可能。

首都医科大学三博脑科医院神经外科 孙玉明

## 帕金森病患者要警惕“冻结”步态

张先生今年65岁,患帕金森病5年了。前几天他准备去家附近的小公园锻炼,在过马路时,突然抬不动脚,无论怎么使劲都没用。这时红灯都亮了,把张先生急得满头汗。

张先生这种情况属于冻结步态,即企图行走时或前进过程中步伐短暂、突然地中止或明显减少。这是帕金森病患者特有的症状,患者会感觉脚

底就像被胶粘住、被吸住,无法起步或者起步、迈步困难,转身时力不从心、难以动弹,这种现象一般持续数秒,但也可能会长达几十秒甚至几分钟。

目前脑深部电刺激手术不仅可治疗帕金森病的震颤、僵硬、姿势异常、运动迟缓症状,对冻结步态也有相当好的效果。此外,要注重康复训练,平时起步时脚要尽

量抬高,跨步要尽量慢而大,脚着地的顺序是先足跟再足尖,两臂在行走时自然地前后摆动。需要注意的是,帕金森病进展到中重度时,冻结步态更容易出现,在过马路时或特殊场合突然出现冻结步态,可能会发生危险,患者和家属一定要提高警惕。

空军军医大学唐都医院神经外科教授 王学廉

## 如何早期发现肝硬化

肝硬化是各种肝脏疾病如急性肝炎、慢性肝炎、药物型肝炎、脂肪肝、胆汁淤积等引起的一种影响全身的慢性疾病,如果不能及早发现和及时治疗往往会引起严重后果。下面一些表现可提示肝脏已经发生肝硬化,应引起重视。

全身症状:一般营养状况较差,消瘦乏力、精神不振,重症者衰弱而卧床不起。皮肤干枯粗糙,面色灰暗黝黑。常有贫血及浮肿等。

皮肤表现:因肝细胞代偿功能减退,对雌激素的灭活能力逐渐减弱,导致体内雌激素水平增高而出现一系列症状,如面部部小血管扩张而局部发红,耳根部及颈胸部出现蜘蛛痣,手掌及大小鱼际出现肝掌,皮肤出现黑色素沉着。

慢性出血:肝硬化时由于血浆凝血因子减少,肝素样物质增多,而血小板减少及毛细血管通透性增加,这些原因可导致凝血障碍,引起慢性出血,如反复牙龈出血和皮下出血等。

慢性腹泻:由于门静脉回流障碍,导致胃肠道黏膜水肿,特别是进食脂肪食物后腹泻次数明显增多。

上消化道出血:肝功能减退和门静脉分流,使胃液分泌过多,引起急性糜烂性胃炎和胃溃疡,或胃酸及胆汁反流的腐蚀,导致上消化道出血。此外,肝硬化时门静脉血流受阻,压力增高,食管及胃底静脉曲张破裂,也会引起出血,表现为呕血和柏油样大便。

慢性胆囊炎和胆石症:肝硬化时,胆囊收缩功能下降,排空迟缓,自净作用减退。表现为右上腹不适、反复黄疸、消化不良、低热及消瘦等。

浮肿和腹水:一般是在病人患有其他疾病,给予输液治疗时而发生浮肿和腹水。这是由于肝功能减退,血浆白蛋白和胶体渗透压降低所致。

上述症状只要出现1~4项,在排除其他疾病时,就应考虑为肝硬化,应及时去医院做检查,以便明确诊断和治疗。

艳华/文