

这几种危险的“疼痛”别强忍

人的一生中会遭遇各种各样的疼痛,疼痛也有轻有重,有些人在疼痛的时候可能会说“没多大事,忍忍就过去了”。其实,这种做法是错误的。疼痛有可能是身体给你发出的预警信号,一旦身体出现疼痛,建议及时到医院检查治疗。有时,人们对疼痛的忍耐,往往会耽误很多疾病的最佳诊疗时机,甚至可能危及生命,尤其是以下几种危险的“疼痛”千万别强忍。

胸痛

在胸痛的致病原因中,以心肌梗塞、主动脉夹层、肺栓塞这三种最为凶险,可能瞬间会要人命。这三大急症由于早期症状相似,容易被弄混。典型的急性心梗前的胸痛,主要是心前区、胸骨后的压榨性疼痛,常伴有持续的胸闷、烦躁不安、大汗淋漓、濒死感或窒息感。普通心绞痛引起的胸痛,持续时间一般比较短,大多在3至5分钟左右,一般不超过15分钟。如果胸痛持续半小时以上还不能缓解,痛的程度更严重了,要提防是心肌梗死的可能。肺栓塞多发生在长时间卧床或者长时间静坐不动之后。比如长时间坐车或飞机之后感到胸痛,并伴随明显的呼吸困难,嘴唇、面色都出现紫绀,这个时候要考虑肺栓塞。

“说起心梗,很多人都有所耳闻,殊不知,主动脉夹层比心梗更凶险,一旦发作,就是命悬一线。主动脉夹层典型疼痛表现为剧烈的撕裂样疼痛,难以忍受。80%的主动脉夹层患者存在胸部疼痛,同时有40%的患者合并背部疼痛。”宁夏回族自治区人民医院心脏大血管外科主任医师李有金介绍,主动脉夹层最常见的诱因是高血压病,很多主动脉夹层患者都存在控制不良的高血压现象。另外,有动脉粥样硬化的人、孕妇、主动脉夹层家族史、精神高度紧张者、吸烟嗜酒者都是该病的高危人群。



头痛

头痛来袭,许多人的第一反应就是吃止痛药了事。但宁夏回族自治区人民医院神经内科主任医师许东指出,诱发头痛的因素非常复杂,出现头痛,首先应该及时就诊,分清是原发性的还是继发性的。如果脑CT或核磁共振等检查没有发现明确病变,通过医生的鉴别诊断,大部分患者属于原发性头痛。原发性头痛在临床上最多见,又可分为偏头痛、紧张性头痛、丛集性头痛、颈源性头痛等;继发性头痛就是可以明确病因引起的头痛,涉及各种颅内病变如脑血管疾病、颅脑外伤、脑肿瘤等。

通常,偏头痛、颈源性头痛等疼痛,若不及时治疗,病症可能会加重。另外,偏头痛也是中风的独立危险因素。有的头痛如果伴有呕吐,也应及时到医院就诊,因为蛛网膜下腔出血和脑肿瘤、脑动脉瘤等疾病也可出现这些症状。

腹痛

生活中腹痛很常见,但可能引起腹痛的原因却有很多,位置和程度也千变万化。如果腹部出现肠如刀绞、胃如针扎的痛感,就要警惕胃炎、胃穿孔、胰腺炎等疾病出现。另外,如果疼痛部位位于腹部的右下方,且伴有白细胞升高的现象,则有可能是阑尾炎。

需要注意的是,如果意外摔伤、撞伤后,出现进行性腹痛,须及时到正规医院就诊。生活中我们经常会听到车祸、跌倒、撞击等导致脾脏破裂的现象。脾脏很柔软,它的质地就像豆腐一样,腹部脾区是很容易受伤的,可能在受伤当时并不会出现大的损伤,而随着脾脏伤后出血逐渐增加才会导致腹膜刺激的症状,从而出现腹痛、呕吐等一系列表现。随着失血量的增多,病人还可能出现昏迷休克而危及生命。

“在出现腹痛的时候,除了考虑到胃肠道疾病外,还需要警惕急性心梗,尤其是有冠心病的患者。”宁夏回族自治区人民医院急诊科副主任医师张亮提醒,大多数心梗患者既往有冠心病、高血压等病史,因劳累、情绪波动、饮酒等诱发,最典型的表现是突然出现胸痛、胸闷,坐立不安,出大汗,恶心呕吐等,但少数患者会表现为腹痛。

皮肤疼痛

“皮肤像针刺一样痛,衣服与皮肤的轻微摩擦都能带来疼痛,整夜整夜失眠。”近日,70岁的陈伯到皮肤科就诊后,被诊断为带状疱疹后遗神经痛。

“带状疱疹一经确诊,要早治疗,最佳的治疗时间为发病的3天之内。治疗的原则是抗病毒、营养神经、止痛和预防后遗神经痛。但遗憾的是,临床上发现,许多患者并没有得到及早治疗。因为在带状疱疹早期,部分患者的皮肤上没有丘疹、水疱,而只有疼痛,因此极易误诊。比如,疼痛出现在腰部,患者常以为是腰痛跑去看骨科。即便皮肤上出现了疱疹,有的患者又以为是皮肤过敏而自行涂抹药膏了事。由于神经炎症未得到及时控制,神经被破坏,导致难治的后遗神经痛。”宁夏回族自治区银川市中医医院皮肤科主任、医学博士雷鸣提醒说。

牙痛

在很多人看来,牙痛虽然难受,但终不是要紧的事情,忍一忍,或是吃点止痛药也就过去了。但你知道吗,牙痛有时可能会要人命!

在我们的口腔周围、肌肉和肌肉之间,有结构比较疏松的区域,临床称之为口腔颌面部间隙。牙齿发炎后,若不及时控制,大量繁殖的细菌找不到“出口”,就只好往牙槽骨侵蚀,到达间隙,引起间隙感染形成脓腔。人体口腔颌面部的各个间隙是相通的,又处于面部,血供非常丰富,这等于给了细菌四处扩散的“通道”。当脓腔向上扩散,可能导致颅内感染向下扩散,可能肿胀到压迫气管引起窒息;往血管扩散,则可能引起败血症,危及生命。

(据《银川晚报》刘威)

老年人补充维生素D或有助降低患心脏病风险

澳大利亚一项研究显示,60岁以上老年人服用维生素D或可将患心脏病风险至多降低19%。

据英国《每日邮报》近日报道,当前已知维生素D有助保护骨骼和肌肉,但关于它对心脏和循环系统影响的研究却不充分。澳大利亚伯格霍弗医学研究所、墨尔本大学等机构的研究人员招募了21315名年龄介于60岁至84岁之间的澳大利亚人,在2014年至2020年间让他们坚持每月服用6万国际单位维生素D或服用安慰剂,至多

服用5年。

随后,研究人员分析了这些人的心脏方面诊疗记录,发现其中1336人发生了心肌梗死、卒中中等主要不良心血管事件。在服用维生素D组中,这类患者比例约为6%,安慰剂组对应的数字是6.6%。相较之下,服用维生素D组的风险低约9%。

此外,相较安慰剂组,维生素D组研究对象的心脏病发作风险低19%;接受冠状动脉血运重建

术的比例低11%,此类手术包括经皮冠状动脉介入术、冠状动脉旁路移植术。

不过,两组人的中风几率没有明显差别。

相关研究报告由《英国医学杂志》近日刊载。研究人员说,他们的研究表明,补充维生素D或有助降低主要不良心血管事件的发生率。这种保护作用在服用他汀类药物或其他心血管药物的人群中可能会更明显。

(据新华社 荆晶)