

# 癌症患者心理疾病会加重癌性疼痛

癌性疼痛的危害有哪些？如何治疗？11月29日上午9:30至10:30，本报健康热线0551-62623752，邀请了合肥市三院肿瘤科副主任医师高金锁，与读者交流。

□ 傅喆 记者 马冰璐 文/图

## 患者出现疼痛的原因是多方面的

读者：为什么癌症患者会出现疼痛？

高金锁：癌症患者出现疼痛的原因是多方面的，在病因上，包括肿瘤直接导致的疼痛、诊断过程中发生的疼痛、肿瘤治疗过程中产生的疼痛。肿瘤的直接作用在于局部压力增大、邻近组织受压（包括神经组织）、内脏器官损伤、肿瘤细胞和免疫细胞释放的炎症因子和继发的外周神经敏化等。诊疗中产生的疼痛主要在于有创性的检查（如肺穿刺、肝脏穿刺等）。在治疗过程中，包括手术导致的急慢性疼痛和放疗产生的组织损伤（如周围神经病变、骨坏死等）均可引起或加重疼痛。其中，神经病变引起的疼痛高达40%，而且治疗非常顽固，常需多模式的治疗方案。在病理生理方面，癌症导致中枢及外周神经系统的敏化是疼痛发生的重要机制。另外癌症转移骨溶解，病理性骨折等也是导致疼痛的重要原因。

## 疼痛对患者心理健康造成严重影响

读者：癌性疼痛的危害有哪些？

高金锁：癌性疼痛给患者带来身体上的剧烈疼痛，并且对患者的心理健康造成严重影响。抑郁、躁狂等心理疾病使得患者的疼痛程度增加，对治疗的依从性降低，最终形成恶性循环。

## 三阶梯疗法已成为癌性疼痛治疗的基本指南

读者：癌性疼痛如何治疗？

高金锁：1.三阶梯疗法 三阶梯疗法已成为

## 下期预告

牙齿有洞需要补吗？不补会有什么影响？12月3日上午9:30~10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请合肥市口腔医院综合科副主任医师胡晓蕾与读者交流。

胡晓蕾 副主任医师，擅长各类口腔疾病的综合诊疗、牙体牙髓疾病和牙周疾病的系统治疗、牙体缺损微创美学修复、各类牙微创拔牙术等。

□ 刘绍敏 记者 马冰璐

智齿必须拔吗？如何保护牙齿？12月6日



高金锁，副主任医师，对常见癌症的诊断及治疗具有丰富的临床经验。

癌性疼痛治疗的基本指南。一阶梯药物主要为阿司匹林等非阿片类药物（非甾体抗炎药），二阶梯药物为可待因等弱阿片类药物，三阶梯药物为吗啡等强阿片类药物。三阶梯疗法原则：1.药物以口服为主2.按时服药3.按阶梯给药4.个体化原则。

2.四阶梯疗法 所谓四阶梯疗法是在三阶梯疗法的基础上增加第四阶梯，即区域阻滞技术、神经毁损阻滞术、神经调制法和植入式鞘内药物输注系统等。急性痛和轻度痛可选择低梯度的疗法，慢性痛和中重度疼痛可选择高梯度疗法。

3.心理治疗 癌性疼痛患者的心理状态往往存在不同程度的损伤，而心理疾病反过来又可加重疼痛，形成恶性循环。所以，治疗患者的心理疾病将对癌性疼痛患者的治疗结局产生重要影响。

上午9:30至10:30，本报健康热线0551-62623752，将邀请安医大一附院口腔科副教授崔娟娟，与读者交流。

崔娟娟 副主任医师，擅长牙体、牙髓、根尖周疾病的诊治；熟练掌握机用镍钛根管治疗技术；热牙胶垂直加压根管充填；根管失败的再治疗；牙齿冷光美白技术；美学树脂充填；牙周病的诊断及系统治疗。

□ 孙林 记者 马冰璐

## 安全用药

问：开瓶后的眼药水能使用多久？

答：眼药水开封后，对眼药水而言环境发生了改变，药效会减弱。

在使用和保存过程中，药液还可能被空气中的微生物污染，带来安全隐患。为了尽可能延长使用寿命，市面上多数眼药水添加了防腐剂。由于防腐剂本身也会对眼部带来影响，因此防腐剂都处于较为安全的浓度，由于防腐剂含量不能超出安全浓度，因此其延长眼药水寿命的能力也就受限。国内目前通常建议，眼药水开封后4周内使用较为安全。

对不常使用眼药水的人来说，如果4周就丢弃，非常浪费。建议选小支眼药水。小支装的眼药水大多不含防腐剂。由于小支装没有瓶盖，开封后直接暴露在空气中，必须几个小时内滴完。用这种眼药水时要注意保持清洁，别让瓶口受到污染。

□ 石跃新 记者 王伟伟

## 寻医问诊

读者：高血压的发病与年龄有关吗？

专家：高血压的发病率随年龄增加而增高，据统计，60岁以上老年人高血压发病率为49%，65岁以上发病率为49%~57%，80岁以上老人，90%以上都患有高血压，由此可见年龄越大高血压发病率越高。

□ 记者 马冰璐

## 医疗传真

## 救治急性心肌梗塞“胸痛优先”

星报讯(苏洁 记者 马冰璐) 随着气温逐渐降低，人体的新陈代谢缓慢，心脑血管病人身体受冷空气刺激，血管骤然收缩，容易导致血管阻塞，血流供应中断，血液流通受阻，从而诱发心脑血管疾病的发作。据合肥市滨湖医院门、急诊统计，近一周前来心内科就诊的心血管疾病患者人数比之前增加了二成，手术台次也有所增加。

合肥市滨湖医院心内科周炳凤主任介绍，心脏疾病具有发病快、病情急、风险大的特点，尤其是急性心梗，会在短时间内致人死亡。周炳凤提醒，胸痛胸闷半小时仍不缓解，需要尽早就医就诊，完善心电图等相关检查，排查病因，切不可贻误病情。心搏骤停一旦发生，如果得不到即时抢救复苏，4到6分钟后便会造成患者大脑和其他人体重要器官组织的不可逆的损害，因此心搏骤停后的心肺复苏必须在现场立即进行，并拨打120将患者送至医院胸痛中心急救，“胸痛优先”，通过规范、合理的流程，为挽救生命赢得时机。

## 健康饮食

## 吃面食升血糖？高血糖患者要注意这些

星报讯(余亚明 刘亚萍 记者 马冰璐) “听说吃面食升血糖，我是不是从此与面食‘无缘’了。”家住合肥市丁香花园小区的朱大爷最近刚被查出有高血糖。对此，专家表示，高血糖患者想要安安心心吃面食，必须牢记以下3点。

据介绍，吃面食致血糖高主要有三方面原因，以面条为例，一是吃面条容易过量，容易导致血糖升高。二是有的人吃面条的进食速度非常快，也会导致血糖升高。三是吃的是精面，增加血糖升高的风险。

专家表示，高血糖患者想要安安心心吃面食，必须牢记以下3点：注意粗细搭配，杂粮与精细粮的比例在1:2~1:3之间，吃面条每餐总量尽量控制在100克之内；注意加工时间：最好选择汤面，稍微煮硬一点，消化就会慢一些，尽量少吃面糊和太烂的面条；注意细嚼慢咽，如果进食缓慢，胃肠道消化的过程也会随之减慢，从而降低血糖转化的速度，在短时间内减小对血糖值的影响。

## 孩子龋齿重在预防 刷牙养成良好习惯

星报讯(屈澄皓 孙雨静 记者 马冰璐) 调查数据显示，我国5岁儿童龋齿患病率为70.9%，12岁儿童龋齿患病率为34.5%，与十年前相比，5岁和12岁儿童龋齿患病率分别上升了5.8和7.8个百分点。据统计，2016年接受健康检查的7074名合肥儿童中有3132名儿童患有不同程度的龋病，患病率达44.27%。

龋齿除了会引发牙疼外，还会影响咀嚼。严重的话会伤害牙床，甚至影响面部骨骼发育和恒牙的生长，小龋病其实有大危害，不少家长存在乳牙龋齿不影响恒牙健康的误区，恒牙在儿童

阶段，一直被牙囊包裹，埋在乳牙的牙根下面，如果乳牙龋坏严重，就可能致牙根发炎，那么恒牙牙胚也可能受到影响。

专家提醒，龋齿重在预防，家长应帮助孩子养成良好的刷牙习惯，每天早晚刷牙，饭后漱口，少吃甜食、零食，多吃新鲜瓜果蔬菜、蛋、奶、肉类等食品，并定期进行口腔检查。目前，儿童预防龋齿的方法主要是涂氟和窝沟封闭，窝沟封闭的最佳时机，乳磨牙在3~4岁，第一恒磨牙在6~7岁，第二恒磨牙在11~13岁。窝沟封闭之后应每6个月至1年复查一次，若有脱落，应重新封闭。

## 交通意外猛于虎 莫错过“黄金急救时间”

星报讯(杜凌雁 记者 马冰璐) 统计数据显示，道路交通伤害是我国15~44岁人群第一死因，是1~14岁人群的第二位死因。12月2日是全国交通安全日，急救专家提醒，交通意外发生后，应尽快拨打120，做好现场急救，包扎固定、压迫止血，莫错过“黄金急救时间”。

最近，一项针对合肥亚华新城邦名苑等多个小区居民的调查显示，近2成居民缺乏安全意

识，乘车时未做到系好安全带、锁好车门防止孩子打开车门等安全注意事项；儿童安全座椅的普及率不到4成；急救知识知晓率不足3成。专家提醒，交通意外猛于虎，市民一定要提高交通安全意识，若不幸发生交通事故，应第一时间拨打120，把握“黄金急救时间”做好现场急救，包扎固定、压迫止血并及时转送医院。家有儿童的市民，一定要为孩子配备安全座椅。