

疼痛是一种病，不能“一忍了之”

●本报记者 张思玮

“疼痛是一种疾病，每个人对疼痛的感受和反应都存在差异。专业的医生一般通过疼痛发生的起因、性质、强度、规律以及诱发和缓解疼痛的影响因素这五大方面综合判断；患者应尽可能详尽地告知医生自己发生疼痛的体会、感受、认知以及疼痛的来龙去脉，从而帮助医生快速锁定疼痛发生的根源，尽早使患者远离疼痛困扰。”近日，在一场题为“关注慢性病疼痛，共建‘无痛’社区”全国媒体沟通会上，中日友好医院疼痛科主任樊碧发表表示，疼痛关乎中老年人的健康生活质量，切勿“一忍了之”。

10月21日—27日为中国镇痛周。此次媒体沟通会还公布了首个《慢性病疼痛风险社区预防和管理倡议报告》(以下简称《报告》)。《报告》显示，我国63.4%的中老年人普遍经历过慢性病带来的疼痛问题，其中类风湿性关节炎、肿瘤、系统性红斑狼疮带来的疼痛感最为强烈。

疼痛发生与慢性病密切相关

樊碧发表表示：“在我的门诊就诊的中老年患者，疼痛发生多与慢性病密切相

关，例如，因膝关节疼痛就诊的老年患者中，50%左右为骨性关节炎。此外，慢性病共病越多，疼痛风险与程度越高。”

除了自身慢性病引发的疼痛，中老年人随着年龄增长，各组织器官、生理代谢功能和免疫功能逐渐衰减，还容易出现慢性病叠加带状疱疹的情况，发生带状疱疹相关性疼痛的风险显著增加。

据了解，带状疱疹是一种由水痘—带状疱疹病毒再激活引发的感染性皮肤病疾病，超过90%的成人人体内潜伏该病毒，50岁以上为易发人群。

樊碧发表表示，伴有慢性病的患者发生带状疱疹后神经痛的风险高于健康人群，糖尿病、心血管和呼吸系统疾病等慢性病患者被确诊为带状疱疹后，痛感也更强。因此，对于患者而言，如果这种疼痛没有及时治疗，会对身心产生长期持久的损害。

心血管疾病也是带状疱疹和带状疱疹后神经痛发生的重要危险因素之一。研究显示，与一般人群相比，心血管疾病患者罹患带状疱疹的风险增加39%，同时带状疱疹发病后短时间内，心肌梗死、卒中等心血管疾病风险也

会增加。

北京大学人民医院心血管内科主任医师孙宁玲指出：“心血管疾病不是一个孤立的疾病，往往与‘三高’共存，导致这部分人群的免疫功能异常，更易诱发带状疱疹。其疼痛容易与冠心病的疼痛混淆，建议胸痛患者到医院鉴别是冠心病还是带状疱疹。冠心病的病人罹患了带状疱疹，带状疱疹相关性疼痛会诱发血管闭塞和痉挛，导致冠脉狭窄的发生率变高，甚至出现猝死。”

此外，糖尿病患者得带状疱疹的风险也不容小觑。“糖尿病患者更易‘蛇缠腰’，一旦治疗不及时，患者苦不堪言。”北京市东城区朝阳门社区卫生服务中心党支部书记王红表示。

相关研究显示，与一般人相比，糖尿病患者带状疱疹风险增加26%。糖尿病患者罹患带状疱疹后，带状疱疹后神经痛风险升高，且神经痛更为严重和持久。一旦罹患带状疱疹，还可能影响患者血糖控制，增加糖尿病管理难度。

走出误区，远离疼痛威胁

中老年慢性病人群在面对疼痛时，

《报告》提示须警惕陷入3个误区。第一，疼痛无小事，面对疼痛不能“忍”；第二，面对疼痛，避免兜转多科室错过疼痛治疗最佳时机；第三，要做好疼痛的鉴别诊断，避免与其他疾病混淆。

《报告》建议，患者发生疼痛后应第一时间到附近的社区医院就诊。那么，该如何更好管理慢性病，远离疼痛威胁？

王红表示，在慢性病防治方面，全民健康生活方式膳食行动倡导“三减三健”，即减盐、减油、减糖和健康口腔、健康体重、健康骨骼。注意饮食均衡和保持适度运动。除了管理好自身慢性病，还需要积极预防其他共病发生。例如，针对慢性病患者容易叠加的疼痛性疾病——带状疱疹，可以通过接种疫苗预防疾病发生发展，降低疼痛风险。当前正值流感等呼吸道传染病的高发季节，中老年慢性病人群更需要及时接种疫苗获得免疫保护，在接种疫苗前牢记年龄、保护效力、禁忌证这3个关键词，咨询专业医生进行接种。此外，免疫功能缺陷或免疫抑制疾病患者，还需要注意疫苗接种禁忌证，不能接种减毒活疫苗。

北京协和医院首例国产机器人胰腺癌根治术完成

本报讯 近日，在中国科学院院士赵玉沛的带领下，北京协和医院基本外科教研室主任张太平团队成功运用国产腹腔镜手术机器人完成了一例高难度的胰腺癌根治手术，验证了国产腹腔镜手术机器人在胰腺手术中的有效性和安全性，也标志着我国自主研发的腹腔镜机器人在肝胆胰外科领域取得了新的突破。

一位老年男性患者两个月前突发左上腹胀痛。经检查发现，患者的胰腺尾部明显膨大，伴直径约4.5厘米的类圆形稍低密度影，恶性肿瘤的可能性大。张太平考虑到肿瘤已经侵犯肾脏周围和部分结肠，而且患者年龄大，身体机能弱，决定采用国产腹腔镜机器人辅助手术的方案，以期最大程度实现肿瘤精准切除，同时尽可能保护周围正常组织，减少手术创伤。

一台成功的胰腺手术除了要完整、彻底切除肿瘤，还要进行消化道的切除和重建，并确保术后无出血、无胰瘘，这对医生临床技术、术后管理能力和特殊情况的应对都提出非常高的要求。国产腹腔镜手术机器人可开放对接多个平台，使全息影像、术中导航等配合更加流畅，扩大手术视野，增加安全性；360度灵活旋转的机械臂、自动过滤抖动等能力，帮助术者在进行淋巴结清扫、小血管分离、胃肠吻合重建等精细操作时更精准轻柔，创伤更小。

在机器人的辅助下，张太平及其团队精准地游离了肿瘤周围的血管和神经，剥离了肿瘤与周围组织的粘连，完整切除了胰腺肿瘤，最大限度保留了临近脏器的组织和功能，术中患者出血仅50

毫升。术后，患者不需要进入重症医学病房，直接回到了基本外科病房。

据悉，北京协和医院是国内最早开展机器人辅助手术的医院之一，机器人辅助Whipple手术、机器人辅助胰腺癌胰体尾部切除术等高难度手术都已成为常见术式。

张太平表示，国产手术机器人上市后，有望使机器人辅助胰腺手术费用减免一半以上。此次手术的成功，是国家重点研发计划项目实施的关键一步，初步验证了国产高端医疗装备的创新研发能力和技术水平。下一步，该院基本外科团



张太平在手术中。

北京协和医院供图

队将继续深入推广国产腹腔镜手术机器人的临床应用，让微创外科技术造福更多患者。

(李羽壮)