

除了忍痛，我们还能做什么？

海慈医疗集团皮肤科专家讲述如何治疗“蛇缠腰”

在看似平常的日子里，有一种疼痛正在悄然侵袭着许多人的生活。它犹如电击般剧烈，让人痛得无法穿衣盖被，甚至影响到日常生活和工作。这种被称为“蛇缠腰”的疾病，就是带状疱疹。

带状疱疹多发于中老年人群，且10%~20%的带状疱疹患者会出现带状疱疹后神经痛。2月26日至3月3日是“带状疱疹关注周”，2月28日，记者采访了海慈医疗集团皮肤科主任郑玮清，目前，皮肤科主要根据患者情况，采用中西医结合的方式对症治疗。她提醒，一旦发现患有带状疱疹，最好要在72小时内就诊，急性期疼痛控制得越好，带状疱疹后神经痛发生率越低。



郑玮清(左二)团队问诊带状疱疹患者身体情况。



海慈医疗集团皮肤科医护人员对发带状疱疹的特定穴位进行刺络拔罐。

湿的目的，缓解带状疱疹的症状。

郑玮清提醒，对于带状疱疹，预防胜于治疗。平时应注意自身生活习惯调整，避免过度劳累、熬夜、着凉等，另外，情绪波动大容易导致免疫力下降，也可能诱发带状疱疹。万一自己不幸出现了“蛇缠腰”，在出现症状后的72小时是治疗的黄金时间。由于带状疱疹目前没有特效药，因此在治疗的最佳时间内用药，能有效预防带状疱疹带来的神经疼痛，降低后遗症发生概率。此外，接种带状疱疹疫苗是预防带状疱疹的有效手段。

中老年人易发带状疱疹

“随着年龄增长，免疫系统功能下降，人体针对水痘-带状疱疹病毒特异性的细胞免疫功能也随之降低。”郑玮清表示，年龄是带状疱疹最重要的危险因

素。据统计，中国50岁以上人群每年新发带状疱疹约156万人。对于有慢阻肺、心血管疾病、慢性肾病和糖尿病等基础病的老年人，带状疱疹的发病风险更高。

据悉，导致带状疱疹发病的“元凶”实际上是一种叫水痘-带状疱疹的病毒，研究显示，超过90%的成年人都曾感染过这种病毒。该病毒通过飞沫和接触传播，初次感染时可能导致水痘。与其他病毒不同的是，初次感染痊愈后，部分病毒仍会潜伏在体内。随着年龄的增长，机体免疫力下降，这些潜伏的病毒可能重新激活并复制，沿感觉神经轴突转移至皮肤，引发带状疱疹。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 瑛丽儒



郑玮清海慈医疗集团本部皮肤科主任，海慈医疗集团西院区皮肤科学科负责人，海慈医疗集团平度院区皮肤与医学美容科首席专家。主任医师，医学硕士，硕士生导师。擅长应用中西医结合手段治疗湿疹、银屑病等皮肤病，尤其擅长对面部敏感性皮炎诊治、皮肤屏障修复、激光美容、微整形注射，以及对真菌性皮肤疾病的治疗等。

■新闻链接

接种疫苗可预防带状疱疹

要及时到医疗机构就诊，尽早治疗，避免“急痛”变“慢痛”。

目前，带状疱疹的治疗暂无特效药物，药物治疗仅限于缩短病程、缓解疼痛、预防感染等。接种带状疱疹疫苗是目前公认的预防带状疱疹及带状疱疹后神经痛的重要措施。需要注意的是，带状疱疹并非“一次中招，终身免疫”的疾病，相反，痊愈后存在复发的可能性。因此，从预防的角度来说，即使得过带状疱疹，也可以接

种疫苗。

记者从市疾控中心获悉，目前国内有两款带状疱疹疫苗可供大家接种：一款是国产带状疱疹疫苗，技术路线是减毒活疫苗，接种1剂次，适用于40岁及以上人群；另一款是进口带状疱疹疫苗，技术路线为重组蛋白路线，全程接种2剂次，两剂间隔2~6个月，适用于50岁及以上人群，有接种意愿的市民可到辖区预防接种门诊具体咨询接种事宜。

2月26日~3月3日是由国际老龄联合会发起的“带状疱疹关注周”，旨在呼吁社会各界关注带状疱疹，鼓励及早预防，降低发病率，为促进全人类健康共同努力。市疾控中心指出，带状疱疹又称缠腰龙、蛇盘疮等，患者通常伴有明显的疼痛症状，特别是老年人，疼痛往往更加剧烈，常表现为烧灼样疼痛或者刀割样疼痛。如不及时治疗，疼痛可能会迁延不愈，造成带状疱疹后神经痛，病程可长达数月。因此，如果怀疑患有带状疱疹，一定