



# 知己知彼 莫等“痫”

□本报记者 陈曦

癫痫不是单一的疾病实体，而是一种有着不同病因、临床表现各异，但以反复癫痫发作为共同特征的慢性脑部疾病状态。所以，一般只有一次癫痫发作并不能诊断为癫痫，在诊断癫痫时需要有至少两次发作，进而体现其“反复”的特性。癫痫的致病原因也不同，如脑外伤、脑出血、脑梗死、脑肿瘤、颅脑手术、颅内感染、脑炎、脑缺血缺氧、脑组织发育异常、海马硬化以及某些代谢性疾病等，都可能引起“脑组织异常”。癫痫的临床表现各异，并不只是大家印象中的肢体抽搐、口吐白沫、小便失禁等。此外，癫痫作为一种慢性脑部疾病状态，还常伴有认知减退、行为异常、抑郁等脑部功能异常以及相应社会、心理的变化。

## 遇到癫痫发作患者的正确处理办法

癫痫发作中的患者最怕发作时间很长，甚至出现癫痫持续状态，这样将会造成脑部严重缺氧，对患者精神状态及认知功能影响很大，严重者可能危及患者生命。因此，保持患者呼吸道通畅、保证患者氧供、尽早终止发作至关重要。

- 1.癫痫发作时建议解开患者衣领，予侧卧位。
- 2.不建议往嘴里塞东西，避免出现损伤患者牙齿、置入物破碎误吸或咬伤施救者等情况，相



### 健康在线

协办

首都医科大学附属  
北京康复医院

对于可能出现的舌咬伤，上述风险更高。

3.不建议掐人中，掐人中不仅无法终止发作，还有可能带来额外伤害，比如压伤等。

4.癫痫发作过程中患者可能伴有意识丧失、肢体痉挛抽搐等，注意保护患者不要跌伤或撞伤、及时取下患者身上眼镜等锐利物品、避免接触水电火气等危险源。

5.若患者癫痫发作持续时间超过5分钟或短时间内频繁发作，需尽快送往附近医院进行救治。

## 诊断癫痫，一般会通过症状+脑电+影像

症状：癫痫发作表现形式多种多样，因此病史的采集尤为重要。癫痫患者及家属平时应详细记录患者发作史（包括发作形式、持续时间、有无先兆、发作频率、伴随症状等），并对患者出生史、既往史、家族史等进行阐述，以便于医生能全面了解病人情况。



说起癫痫这个病，大家可能觉得既陌生又熟悉。首都医科大学附属北京康复医院神经康复中心住院医师刘阳告诉记者，“陌生”是因为它不像感冒发烧一样常见，偶尔遇到癫痫发作的患者，人们往往惊慌失措、爱莫能助；“熟悉”是因为大家对它也稍有认识，知道癫痫俗称“羊角风”“羊癜风”，癫痫发作了要掐人中、往嘴里塞东西等。但是，大家对癫痫发作时的“常规操作”真的正确吗？

脑电：如我们熟悉的心电图一样，脑细胞的生物电活动也会有相应的“脑电图”。发作期异常脑电活动是诊断癫痫发作的金标准。这也是为什么癫痫患者就诊时常被要求进行脑电图检查的原因。

影像：近年来，影像融合等新技术的发展更是为癫痫诊治提供了强有力的武器。通过颅脑影像检查（如CT、MRI、PET等）发现颅内相关病变，再结合患者症状及脑电图检查，进而确定癫痫灶部位。

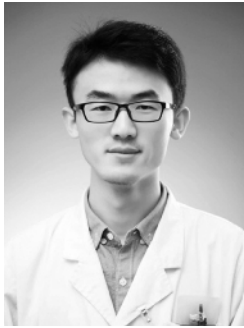
## 得了癫痫，应如何治疗？

每每提到这个问题都不禁联想起临床上遇到过的那些不可思议的“治疗方法”。由于老百姓对癫痫的认识水平偏低，特别是偏远地区缺医少药，巫术、土方子、头皮下植入磁铁、头颅上钉钉子等“奇特操作”屡见不鲜，不当的诊治方法可能耽误癫痫的最佳治疗时间，对于某些严重并发症来说甚至会危及生命。而且，癫痫的最终治疗目标不仅仅是控制发作，更重要的是提高患者生活质量。

目前其主要治疗方案包括药物治疗、外科治疗、神经调控治疗、康复治疗等。

**药物治疗：**抗癫痫药物(Antiepileptic drugs, AEDs)治疗是目前癫痫治疗中最主要的治疗方案，常作为首选方案。常用的AEDs包括丙戊酸钠、奥卡西平等，但药物的选择需要依据癫痫发作分类、癫痫综合征及患者个体情况，在专科医师指导下服用。

**外科治疗：**是除药物治疗外一项主要的治疗方案。针对药物难治性癫痫、病变相关性癫痫等，可进行外科手术治疗。术前



本期嘉宾

首都医科大学附属北京康复医院  
神经康复中心住院医师  
刘阳

需严格评估确定致痫灶的准确部位及周围大脑皮层重要功能区的分布，争取做到既能有效消除致痫灶，又不损伤皮层功能。

**神经调控治疗：**神经调控技术在近年来发展迅猛，以其创伤小（甚至无创）、操作可逆、刺激参数可调节等优势，在治疗癫痫、帕金森病等领域的作用逐步显现。目前，迷走神经电刺激、经颅磁刺激、经颅电刺激等神经调控治疗已成为癫痫治疗的辅助手段。

**康复治疗：**近年，康复治疗在癫痫治疗中的作用逐步得到重视，因癫痫常合并认知减退、行为异常、抑郁等脑部功能异常以及相应社会、心理的变化。因此，认知康复、癫痫外科术后肢体及言语功能康复、心理治疗、日常生活能力训练等康复治疗项目，对提高癫痫患者生活质量、改善预后大有帮助。

癫痫诊治任重道远，早发现、早诊断、早治疗，知己知彼，莫等“痫”！

## 【健康红绿灯】

### 绿灯

#### 黄瓜皮能排毒



黄瓜皮中含较多的苦味素，是黄瓜的营养精华所在。食用带皮黄瓜不仅可使维生素C充分吸收，而且能够帮助人体有效排毒。此外，黄瓜皮还有抗菌消炎的作用。

#### 吃三文鱼防脱发



研究显示，三文鱼中的蛋白质和维生素D都有益发质，常吃三文鱼可防止脱发，三文鱼中的欧米伽3脂肪酸对头发的重要性犹如水对人体的重要性。该脂肪酸有益头皮细胞健康，防止头皮、头发干燥。

### 红灯

#### 莫吃太硬番茄



越硬的番茄植物激素使用越多，最好不要买，或者买回来别马上吃。放两三天延迟一下成熟期，等它自然变软再吃，而且这时不利于健康的催红素也已得到释放。另外，外红瓢绿的番茄可能与催熟剂有关。

#### 盐酥鸡热量高



不少人都有饥饿难耐、随手在路边买点小吃充饥的经历。不少小吃分量虽小，但热量却高得惊人。以盐酥鸡为例，吃一份盐酥鸡等于吃下2大匙油。150克裹面粉炸的盐酥鸡约有585卡热量，且油脂比例非常高。

## 泳池水中有哪些看不见的健康威胁



进入暑期，游泳池成为学生和家长纳凉嬉戏的好去处。泳池中有哪些看不见的健康威胁？如何才能远离这些“小烦恼”？

### 咽结膜热

咽结膜热是一种表现为急性滤泡性结膜炎，并伴有上呼吸道感染和发热的病毒性结膜炎，可借手、毛巾等为媒介，从眼结膜侵入人体而导致发病，在夏季经游泳可传播。前驱症状为全身乏力，体温上升至38.3℃~40℃。自觉流泪、眼红和咽痛。体征为眼部滤泡性结膜炎、一过性浅层点状角膜炎及角膜上皮下浑浊，耳前淋巴结肿大。咽结膜热病程10天左右，有自限性。如果孩子游泳后几天出现发热等情况，要注意咽结膜热的可能。

**预防措施：**咽结膜热发病期间勿去公共场所、游泳池等，以减少传播机会。预防咽结膜热应加强对游泳池的管理和监督，严格执行卫生消毒制度。

### 急性出血性结膜炎

急性出血性结膜炎俗称“红眼病”。其病原体可由多种病毒和细菌引起，最常见的传播方式是病原体通过污染的手、毛巾、眼镜、脸盆、游泳池水等接触眼部间接传播。患者主要临床表现为异物感、眼痛、流泪、畏光以及水样分泌物增多，少数患者可有全身发热、乏力及肌肉酸痛等症状。

**预防措施：**不共用毛巾、脸盆、手帕等物品；勤洗手，不揉眼睛；游泳时戴泳镜，若游泳后感觉眼部不适，可点用利福平眼

液或氯霉素眼液进行预防。

### 急性化脓性中耳炎

急性化脓性中耳炎是由细菌感染的中耳黏膜化脓性炎症，常因游泳而发病。主要症状为耳痛、听力减退及耳鸣，鼓膜穿透后出现流脓及畏寒、发热、倦怠等全身症状。

**预防措施：**泳池水入耳后，可将头向水侧倾斜，或辅以单脚跳动，使其自然流出，切忌用手或他物去抠。为防止池水进耳，最好是戴耳塞。游泳后一旦耳痛需及时就医。

### 沙眼

沙眼是由沙眼衣原体感染结合膜引起的一种慢性传染性结膜角膜炎。急性发作期时眼红、眼



痛、异物感、流泪及黏液脓性分泌物，伴耳前淋巴结肿大。

**预防措施：**避免接触传染，加强对游泳池的卫生管理，培养良好的个人卫生习惯，经常洗手并保持清洁和不用手揉眼，用流动的水洗脸。急性期或严重的沙眼应用抗生素治疗。（午综）