

中老年常见疼痛防治认知调研报告



中老年常见疼痛防治认知调研报告

重点发现

“认知 VS 经历：痛，被低估”

- 中老年认为好发的常见疼痛比例依次为：骨骼肌肉疼痛（颈椎、腰背、椎间盘等）（80.4%）、糖尿病性神经病变带来的疼痛（53.1%）、头部/颌面部疼痛（48.4%）、带状疱疹相关疼痛（40%）
- 中老年普遍低估常见疼痛的严重程度，中老年常见疼痛认知 VS 疼痛经历，疼痛评级差别最大的前三名：带状疱疹相关疼痛（19.6%）、牙疼（16.7%）、糖尿病性神经病变（11.7%）。

“痛上加痛、习惯忍耐”

- 56.6%中老年普遍存在“痛上加痛”；
- 疼痛发生后，近半数(48.4%)的中老年人选择忍；年龄越大，忍痛比例越高

“越拖越痛、越迷茫、越难治愈”

- “越拖越痛”：53.1%的中老年拖延就医时间超3天，选择3天内就医，60%治疗后基本不影响正常生活，而3天后甚至更长时间就医，则有难治愈的趋势
- “越拖越迷茫”：67.5%的中老年需要辗转至少2个科室就医，拖得越久，确诊越难
- “越拖越难治愈”：大多数（95.4%）中老年人就诊后疼痛问题无法完全治愈，45.5%中老年人的日常生活仍受疼痛影响

“预防意识待提升”

中老年常见疼痛的预防意识不足半数，疫苗犹豫现象较为普遍

调研简介

疼痛是人体最直接、真切的感受之一。从2004年开始，世界国际疼痛学会将每年10月的第三个周一设立为“世界镇痛日”，在中国将10月的第三个周设为“中国镇痛周”。为了更好地了解我国中老年公众对常见疼痛的认知及应对情况，21世纪经济报道、21世纪新健康研究院特开展本次调查研究。

调研方法：在线问卷调查

调研时间：2022年9月

调研对象：全国范围内50周岁及以上公众

样 本 量：N=2697



样本分布

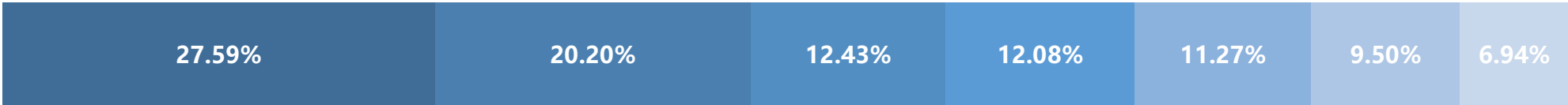
性别



年龄



区域分布



■ 华东地区 ■ 华北地区 ■ 西南地区 ■ 华南地区 ■ 西北地区 ■ 华中地区 ■ 东北地区



中老年认为好发的常见疼痛依次排序如下：

80.4%



53.1%



48.4%



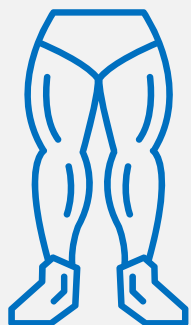
40%



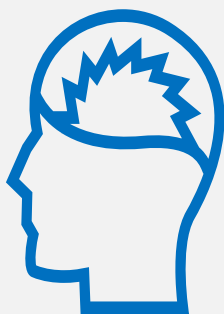
31.3%



骨骼肌肉疼痛
(颈椎、腰背、椎间盘等)



糖尿病性神经病变带来的疼痛



头部/颌面部疼痛



带状疱疹相关疼痛

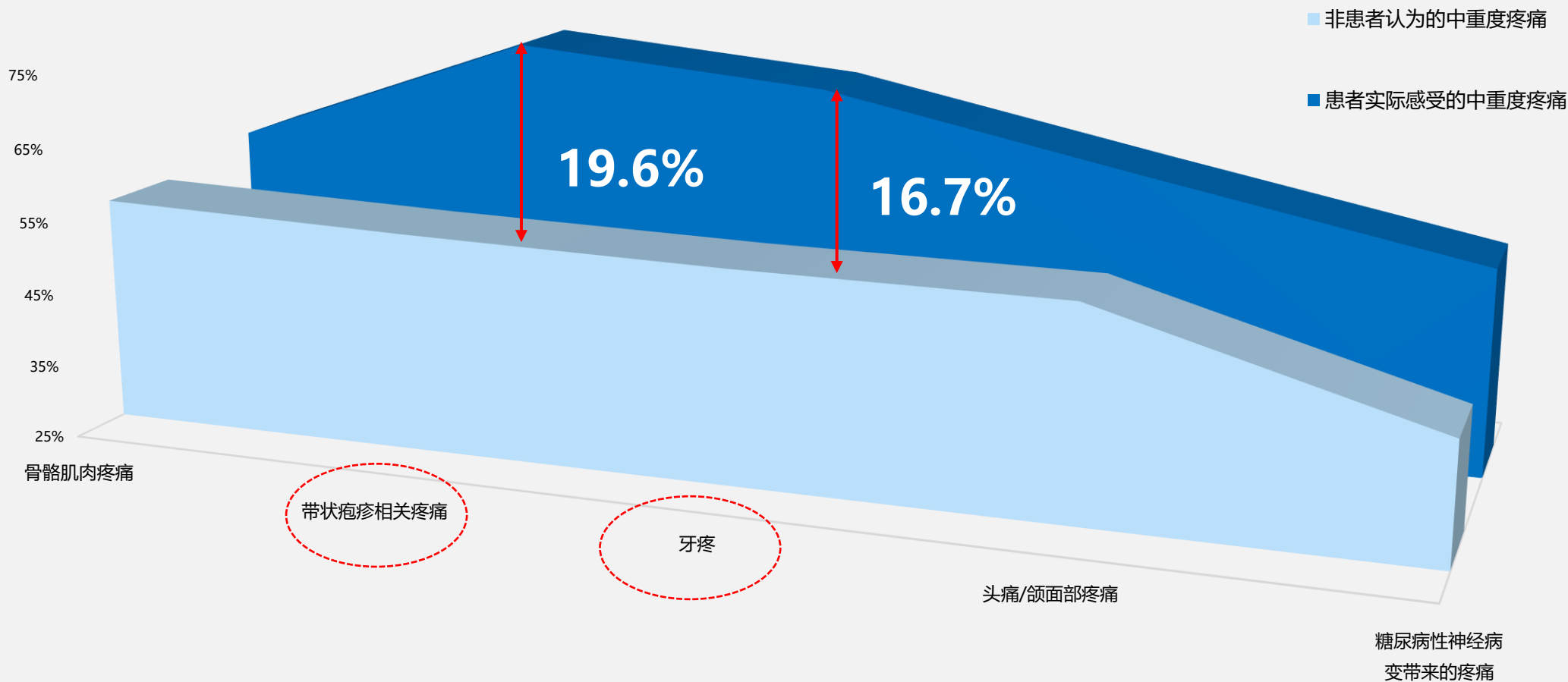


牙痛



中重度疼痛评级：如非亲历 痛非所想

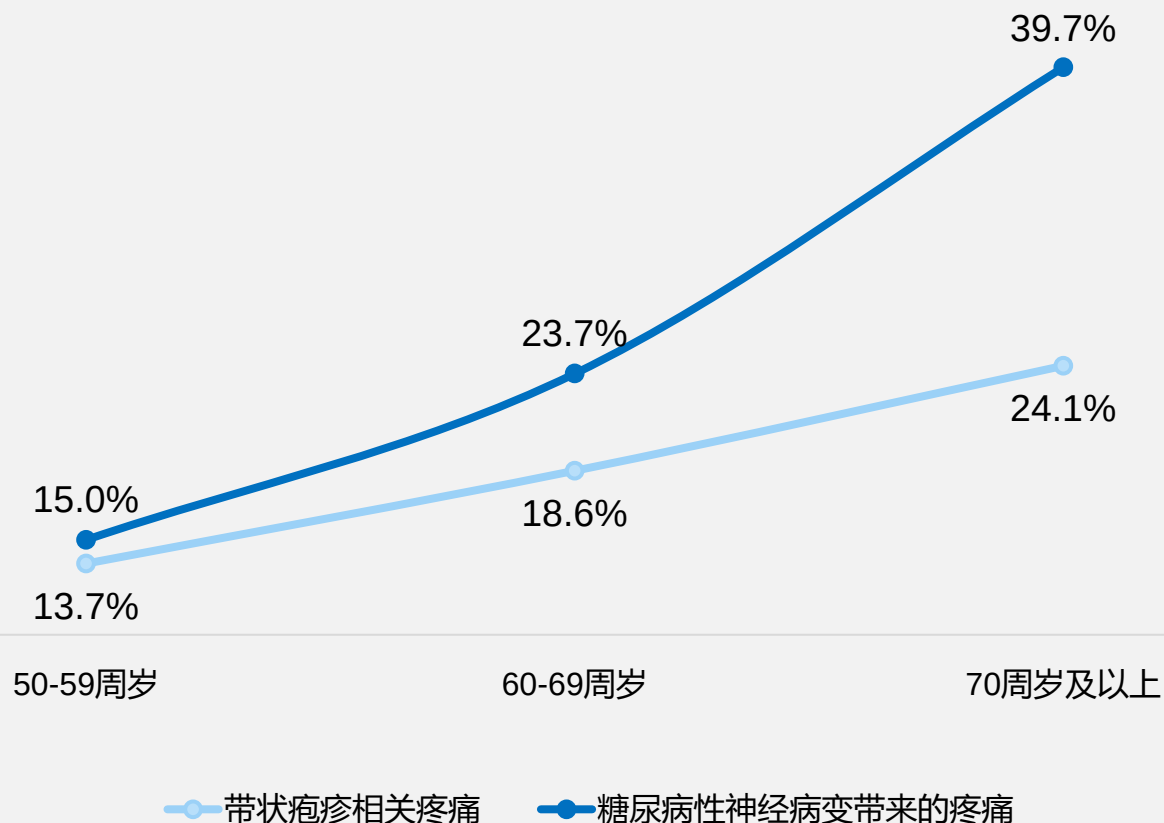
带状疱疹相关疼痛、牙疼带来的疼痛程度超出中老年常见疼痛认知，是中老年备受煎熬的两大常见疼痛





趋势：年龄越大，经历常见疼痛的中老年人群比例增长越为明显 (这可能与慢性病发病情况有关系)

不同年龄公众的疼痛经历对比



以带状疱疹为例：

常见慢性基础疾病（如**糖尿病**、心血管疾病和呼吸系统疾病等）是带状疱疹及PHN发病的危险因素，慢性病患者罹患带状疱疹后，严重程度要高于非慢性病患者¹。

1. 社区老年人常见感染性疾病疫苗应用专家共识[J].中华全科医师杂志,2022,21(01):6-23.

以慢性病中的**糖尿病**为例：

调整了年龄和性别因素后，糖尿病患者罹患HZ的风险是非糖尿病患者的1.84倍²。

2. Herpes Zoster Incidence and Burden in Adults With Type 2 Diabetes in the U.S.: A Retrospective Database Analysis. Diabetes Care. 2022 Sep 22.

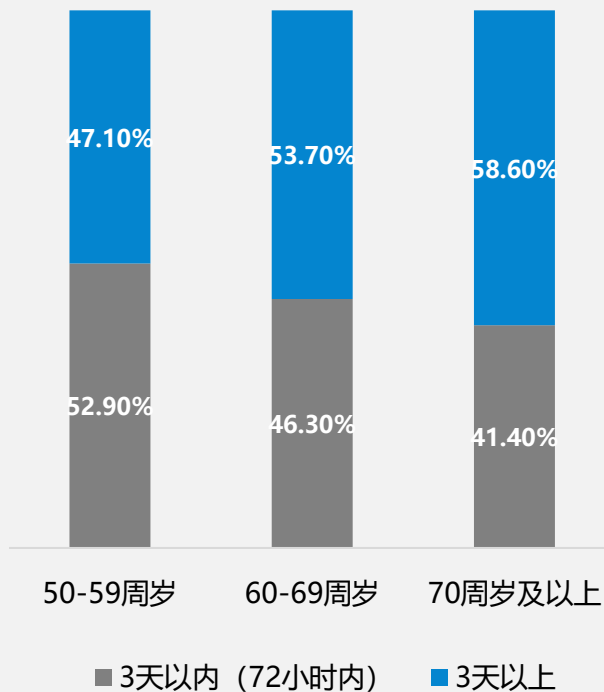
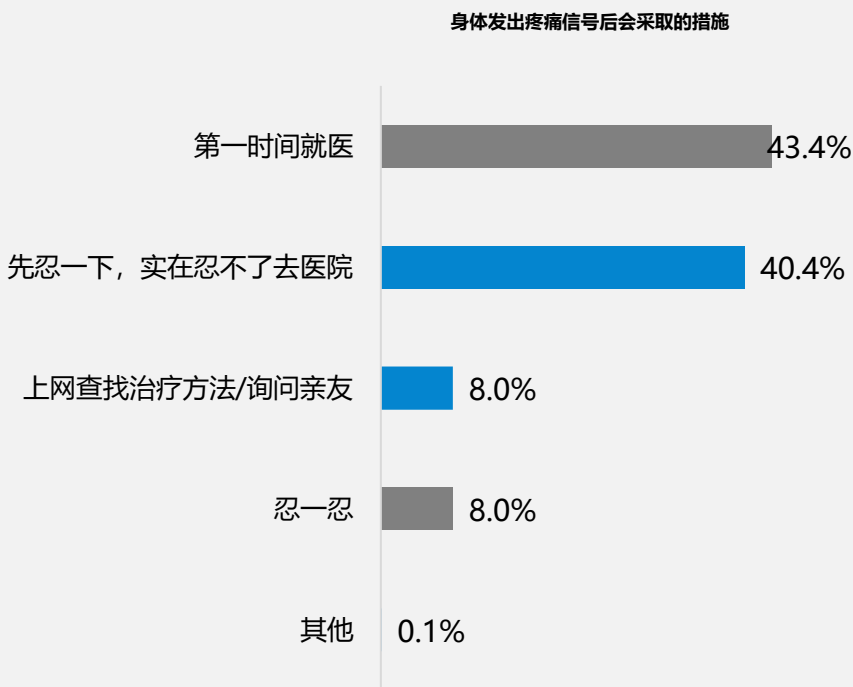
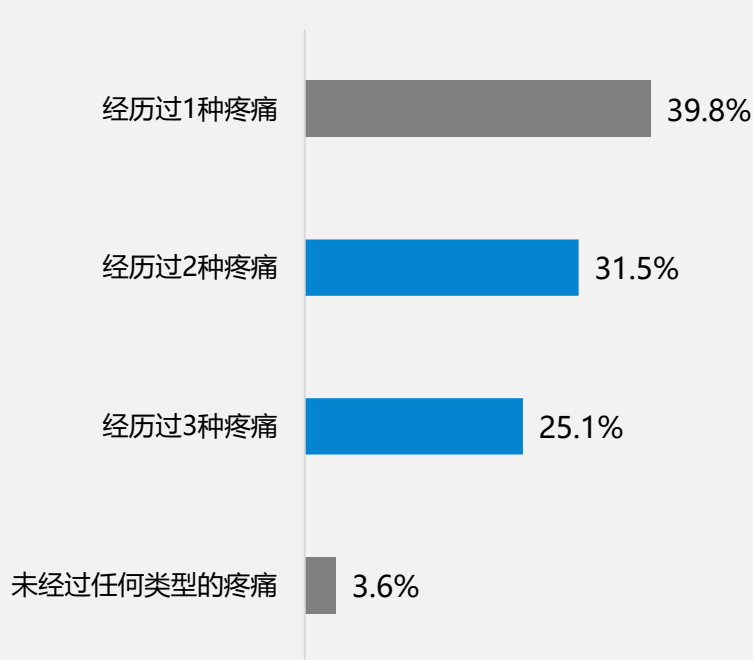


大部分中老年普遍存在“痛上加痛”的情况，疼痛发生后，近半数中老年人选择忍

➤ 56.6%的中老年公众经历过2种及以上常见疼痛

➤ 疼痛发生后，近半数48.4%的中老年人选择忍

年龄越大，忍痛比例越高

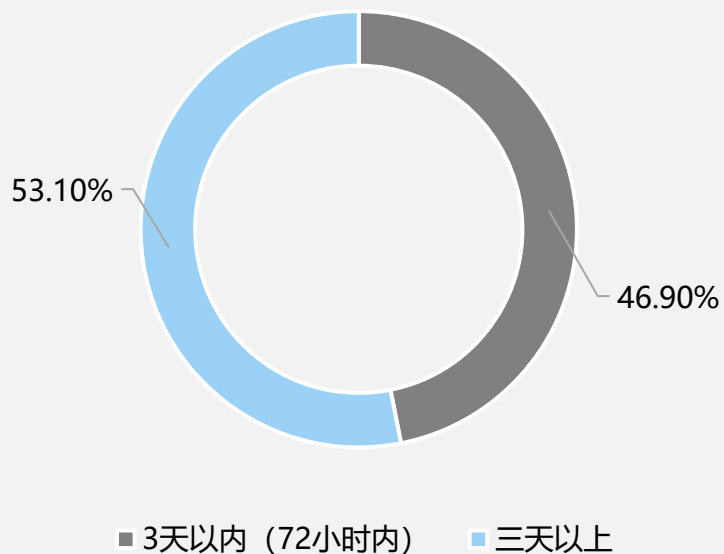




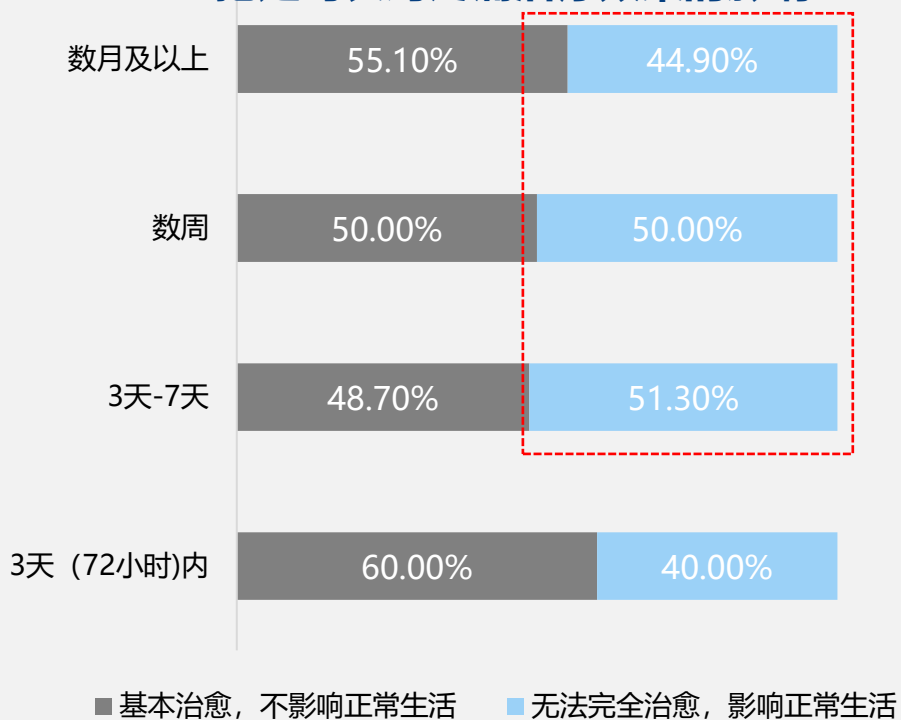
“越拖越痛”：

53.1%的中老年拖延就医时间超3天，选择3天内就医，60%治疗后基本不影响正常生活而3天后甚至更长时间就医，则有难治愈的趋势

中老年人“忍痛”时长占比分布



拖延时长对疼痛治疗效果的影响



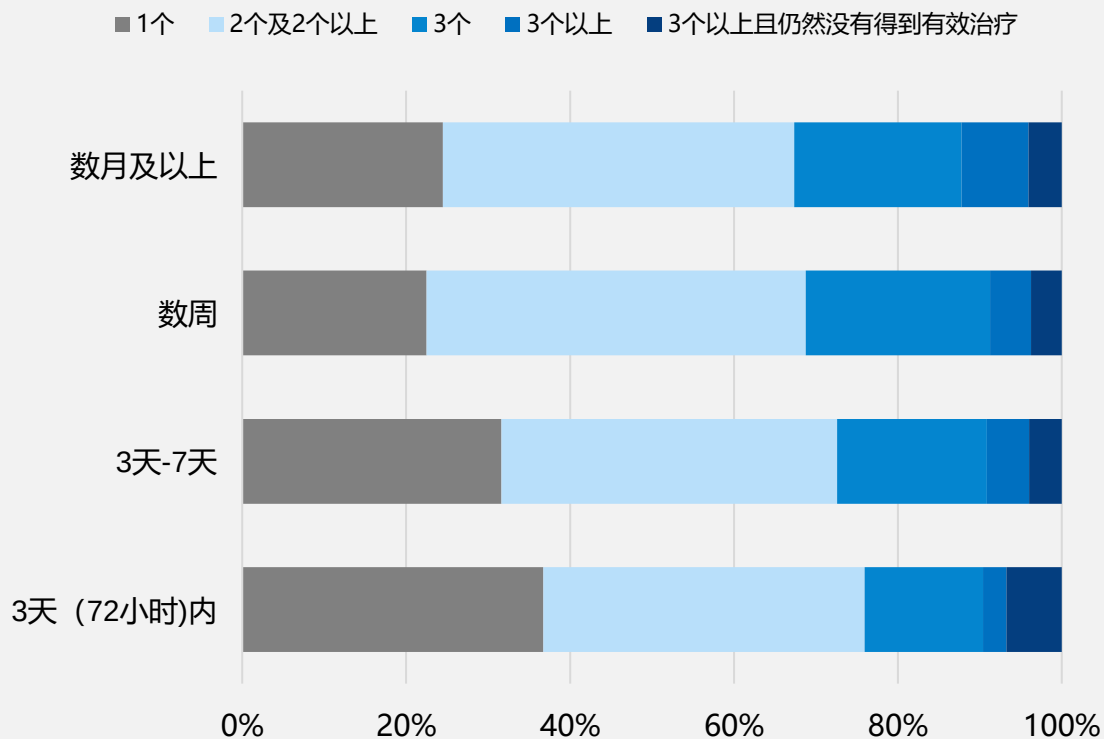


面对疼痛，多数中老年**不仅拖得久，还越拖越迷茫**（辗转多个科室就诊）

- 中老年公众因疼痛问题就医时，大多（**67.5%**）需辗转**2个甚至更多**科室。

- 拖延时间长，相对难确诊。拖延数周及以上之后，**超过3/4**的中老年患者要在**≥2个科室**之间辗转。

拖延时长与就医的科室数量



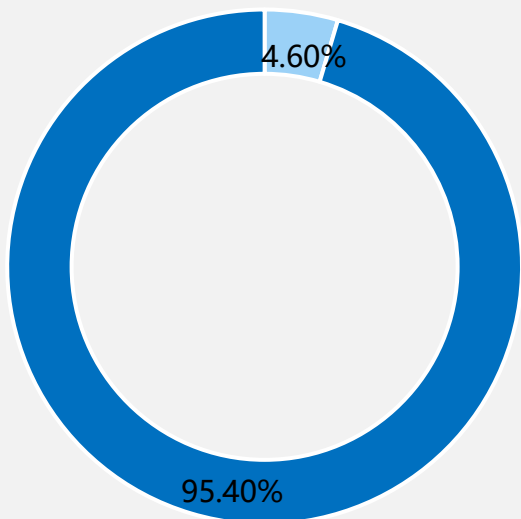


越拖越难治愈（确诊较难），治了还会疼（治疗后完全治愈的人群占比较少）

大多数（**95.4%**）中老年人就诊后疼痛问题无法完全治愈

就诊后疼痛治愈情况

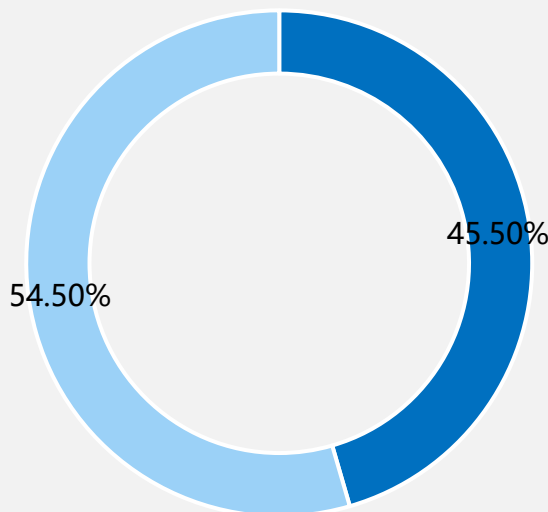
■ 完全治愈 ■ 基本无法治愈



45.5%中老年人的日常生活仍受疼痛影响

就诊后疼痛缓解情况

■ 部分缓解，仍然影响正常生活



以带状疱疹为例：

除了绝大多数患者会经历的前驱期疼痛以外，**带状疱疹后神经痛（PHN）**是带状疱疹最常见的并发症¹，30%-50%PHN患者疼痛时间**超过1年**，部分可达**10年**²。

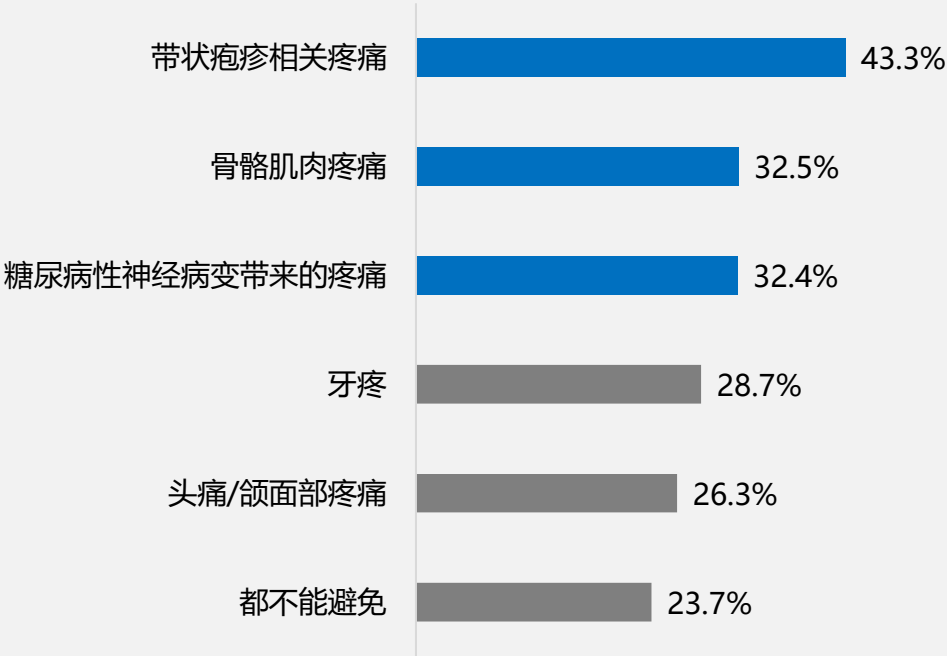
1. 中国医师协会皮肤科医师分会带状疱疹专家共识工作组.带状疱疹中国专家共识[J].中华皮肤科杂志,2018,51(06):403-408.
2. 带状疱疹后神经痛诊疗共识编写专家组.带状疱疹后神经痛诊疗中国专家共识[J].中国疼痛医学杂志,2016,22(3).



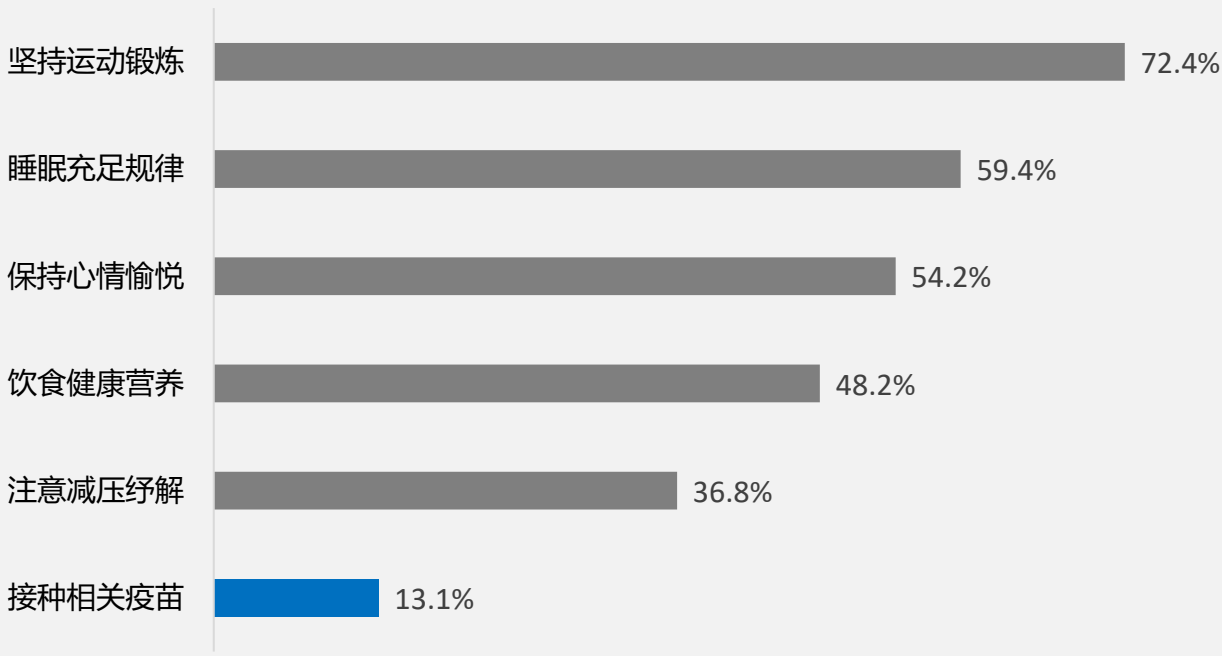
中老年常见疼痛的预防意识不足半数

以预防信心度第一的带状疱疹为例，疫苗犹豫现象仍待解决（仅13.1%的中老年认为可以通过接种疫苗来预防常见疼痛）

中老年人认为可以避免的常见疼痛



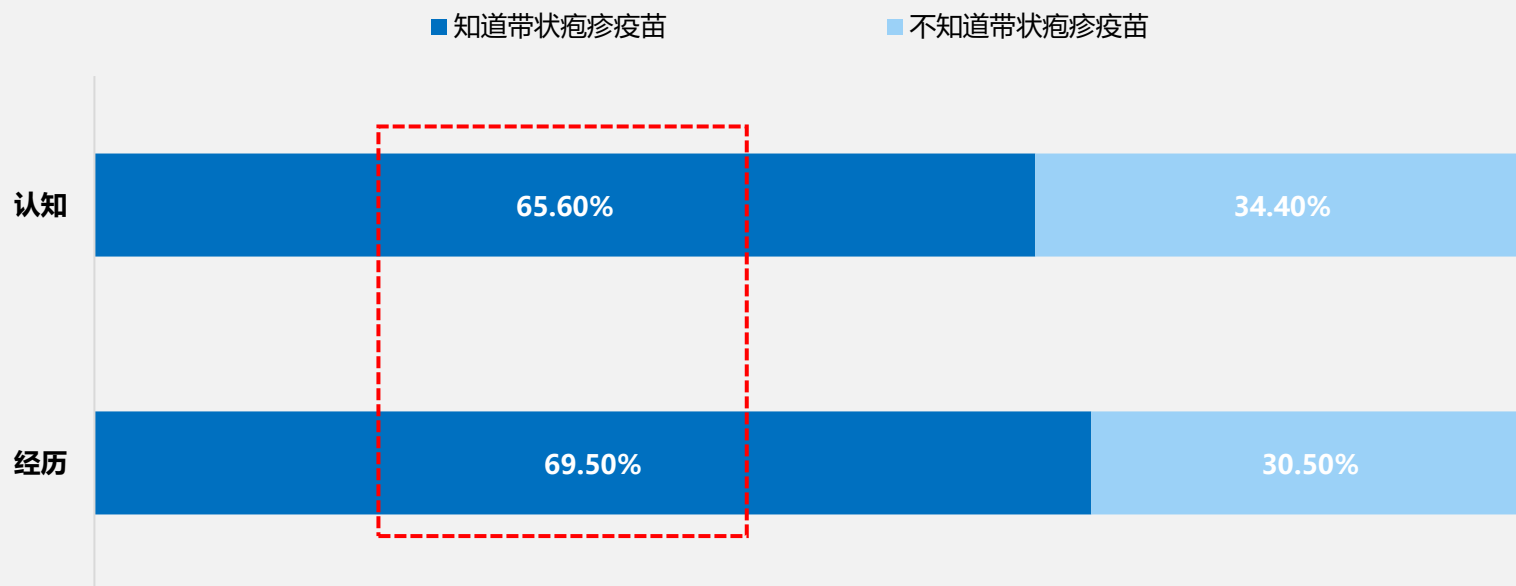
避免常见疼痛的手段





疫苗犹豫，以带状疱疹相关疼痛为例： 中老年人普遍拥有较高的带状疱疹疫苗知晓度

了解带状疱疹疫苗的人群情况占比分布（认知VS经历）



注：认知指的是没有实际经历过带状疱疹相关疼痛的普通中老年人；经历指的是实际经历过带状疱疹相关疼痛的中老年患者



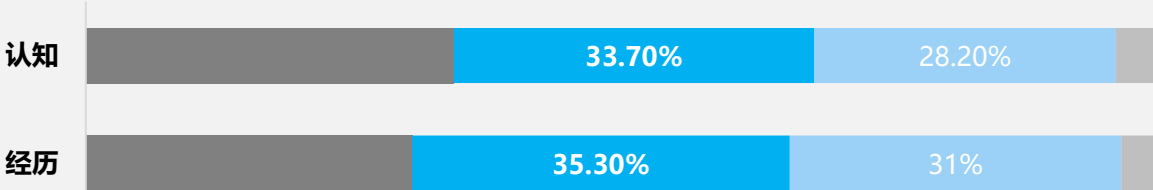
疫苗犹豫，以带状疱疹相关疼痛为例：

疫苗接种意愿不强，疫苗犹豫人群占比较高（疫苗犹豫、计划接种各占3成）；

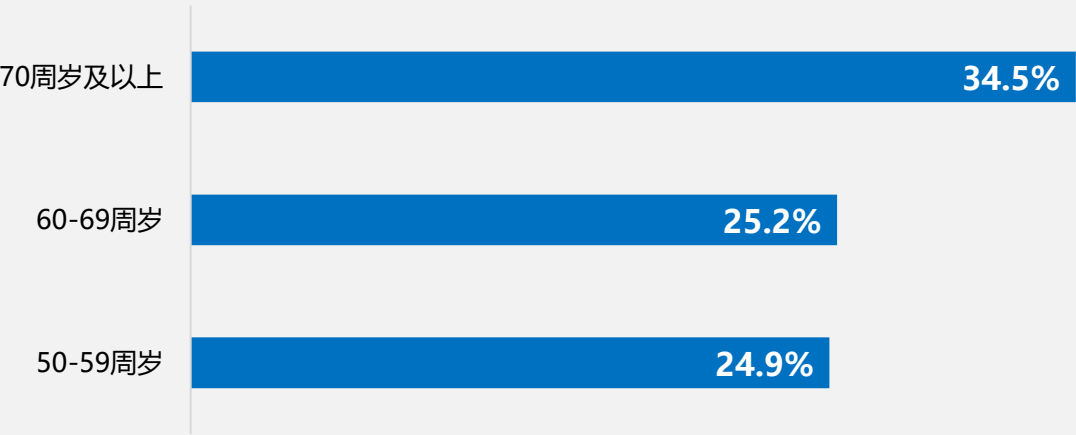
犹豫人群中，年龄越大，犹豫比例越高

带状疱疹疫苗行动人群占比（认知VS经历）

■ 没有听说过带状疱疹疫苗 ■ 疫苗犹豫 ■ 听说过，准备去接种 ■ 已经接种了带状疱疹疫苗



犹豫人群中，年龄越大，犹豫比例越高



注：认知指的是没有实际经历过带状疱疹相关疼痛的普通中老年人；经历指的是实际经历过带状疱疹相关疼痛的中老年患者

高达90%以上的成人体内潜伏水痘-带状疱疹病毒¹。带状疱疹可发生于任何年龄，50岁以后发病率显著上升。随着年龄增长，免疫功能逐渐下降。年龄越大越容易患病，病情也更严重²。即使身体健康，中老年人50岁后患带状疱疹的风险仍会陡然增加³。

中国50岁以上人群每年新发带状疱疹约156万人⁴。

预防带状疱疹的方法包括：提高基础抵抗力，清淡饮食/均衡饮食，适度锻炼^{2,5}。
带状疱疹可以通过接种疫苗预防⁶

1.KILGORE P E, KRUSZON-MORAN D, SEWARD J F, et al. Varicella in Americans from NHANES III: implications for control through routine immunization [J]. 2003, 70(S1): S111-S18.
2.中国医师协会皮肤科医师分会带状疱疹专家共识工作组. 带状疱疹中国专家共识 [J]. 中华皮肤科杂志, 2018, 51(6): 403-8.
3. KAWAI K, GEBREMESKEL B G, ACOSTA C J. Systematic review of incidence and complications of herpes zoster: towards a global perspective [J]. BMJ Open, 2014, 4(6): e004833.
4.LI Y, AN Z, YIN D, et al. Disease Burden Due to Herpes Zoster among Population Aged >=50 Years Old in China: A Community Based Retrospective Survey [J]. PLoS One, 2016, 11(4): e0152660.
5.王官清, 李晓霞. 带状疱疹的临床流行病学及预防 [J]. 中国皮肤性病学杂志, 2018.
6.World Health Organization. Background paper: herpes zoster vaccines - SAGE working group on varicella and herpes zoster vaccines, (2014). Last accessed 2017 Sep 15. Available from http://www.who.int/immunization/sage/meetings/2014/april/2_Background_document_Herpes_Zoster.pdf.

谢谢！

