

淺談脊椎骨刺

「醫生，你說什麼？我脊椎有長骨刺？」在台灣，病患通常聽到自己長骨刺都會脫口說出類似的話，並露出不可置信的表情。大家下一步想到的大多是我怎麼會長骨刺？我會不會癱瘓呢？

其實骨刺是一種自然的退化現象，其成因多為脊椎骨頭與軟骨銜接處因長期承受壓力、拉力、損傷等因素，造成軟骨漸漸失去水分與彈性，進而使骨骼出現退化性改變，並導致骨頭進行自動修補的動作，最後形成骨刺。因此每個人都會長骨刺，且多數沒有症狀，並不需特別治療。然而骨刺並不是老年人的專利，長期施力不當，關節反覆活動，久站，久坐者，都是骨刺提早報到的好發族群。

一般人常將肩頸及腰部酸痛歸咎於骨刺引起的，其實不然。大多數人酸痛的原因與骨刺成因一樣，是長期不當施力及姿勢不良導致肌肉，筋膜等軟組織發炎所致。適當的休息，運動，復健，再加上藥物治療多會獲得大幅改善。反觀骨刺若真的增生過多進而壓迫神經，則會產生肢體甚至軀幹的麻痛，無力，更嚴重的也會有大小便失禁的現象。

但是脊椎骨刺一旦壓迫神經是否一定得手術呢？答案是否定的。透過適當的復健及藥物治療，有部分的病患可獲得改善。但重要的是，需由專業醫師做完詳細的檢查及評估後才能決定對病患的最佳治療方式。在台灣，有太多的病患接受錯誤的訊息，以為接受脊椎手術就會癱瘓，因而濫用藥物，延誤治療，甚至導致洗腎，或神經因壓迫過久而壞死之憾事。故一旦發現自己有類似骨刺壓迫神經之症狀時，應儘早就醫，充分了解自己的病情，方能得到最好的處置。

目前全世界的外科都致力在發展低侵襲性的手術方式，期望病患能快速恢復，脊椎手術亦然。不過因為手術方式五花八門，導致一般民眾霧裡看花，一知半解。在門診常有病患要求因為聽別人說某某方式很好，如果要開刀也要用這種方式他才願意開。殊不知每種儀器及手術方式都有其固定適用的疾病，非所有疾病的治療方式皆為同一種。所以一旦病患經其他方式治療骨刺引起的症狀無效轉而須接受手術治療時，須與醫師做充分溝通，了解本身所患疾病及每種手術方式的好處與壞處，甚至詢問第二位專家的意見，才能在手術後獲得滿意的結果。

總結來說，長骨刺並不是長惡性腫瘤，維持良好的生活習慣，一有症狀時儘早就醫，按當時病況接受適宜之治療，戰勝骨刺，並非難事。

門診時間：星期二晚上 113 診

神經外科 鄭宇凱醫師