脊椎毛病新療法

骨科專科醫生 - 吳洪光醫生

脊椎是身體的支柱，稍一受損後果可能會非常嚴重，究竟有何方法可預防脊椎毛病？現行醫療技術又可做到甚麼治療？是次便邀請了**骨科專科醫生 - 吳洪光醫生**，為我們作出詳盡介紹。

前茂：脊椎毛病於香港是否普遍? 如何分類?

吳醫生：脊椎毛病於全世界也屬普遍，脊椎的主要功能是支撐身體，由於負荷很大，因而有機會導致受傷或退化。一般來說，脊椎毛病大可分為急性受傷、慢性勞損、病變或細菌感染等。

而於香港常見的患者多屬慢性勞損，若不適當處理，亦會增加其受傷風險。

前茂：脊椎問題多數發生於哪類人士?

吳醫生：脊椎問題一般出現於年紀較大人士，但亦有年輕化趨勢，尤以辦公室勞損較多。由於辦公室工作人士一般少運動，而且工作量大，長時間固定坐姿，令腰部長期受壓，亦令其勞損加速。

前茂：脊椎勞損有何徵兆? 有否預防方法?

吳醫生：痛就是脊椎毛病的最直接徵兆。若因長時間工作及勞損所產生的疼痛，只要放鬆及運動一下便可舒緩，此類多屬肌肉筋膜疼痛；但若痛楚持續，於靜止或稍稍郁動亦會加劇痛楚的話，則需要留意，並建議及早求醫。

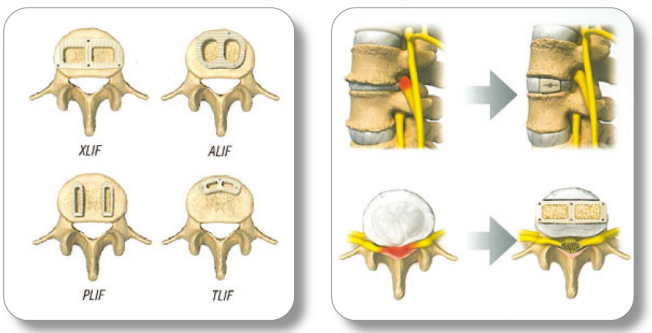
另一方面，運動一向是預防疾病的主要方法，針對疼痛的部份，進行相應運動，便可得到舒緩。如：游泳、瑜珈或一些伸展性運動。但切記避免過份壓力性的運動，以免弄巧反拙。

前茂：一般的治療方法是甚麼? 手術的風險如何?

吳醫生：若以一般肌肉筋膜痛，關節痛或發炎為例，治療方法通常是藥物，配合少量物理治療及大量的運動便可解決。

而要處理一些脊椎結構性不穩定，如椎間盤突出或脊椎移位，則需要以手術治療。手術主要以減低脊椎壓力的方法，取出脊椎內的碎片，再以融合技術固定位置。而現時手術多用微創技術，傷口比較小，復元時間亦較快。

前茂：有否較特別的個案及經驗與讀者分享?

吳醫生：一位中年女士於2013年確診椎間盤突出，隨即進行減壓手術，但手術失敗，患者仍有剩餘病徵，而且腰痛情況增加。接手個案後，我認為需要進行第二次手術，而且要做得更徹底，因此安排進行MAS-PLIF(微創後方脊椎融合手術)，為其脊椎進行減壓後，再進行融合手術，於脊椎加入支架及螺絲以固定位置。病人於手術後翌日便可下牀，數日後出院，康復情況非常理想。

融合技術 - 分類及做法