

新聞稿

香港港安醫院骨科專科醫生指 受低頭族影響 頸椎病有年輕化趨勢 被痛症折騰 18 年病人 以微創手術醫治退化勞損神經 痛症大減

受智能手機普及，造成低頭族影響，香港港安醫院—司徒拔道骨科專科醫生葉紹亮表示，近年香港頸椎病有年輕化趨勢。由他行醫接觸的求診個案，以致醫管局數字顯示——物理治療部每年有兩成頸痛新症，當中近三成求診人士為 40 歲以下，其中一種常見的頸椎病「脊髓神經病變」(Cervical Spondylotic Myelopathy -CSM) 更成為都市人的隱患。CSM 是由頸椎退化及勞損引致，多與遺傳及年齡有關。不過，葉紹亮醫生指出：「以往，CSM 患者通常五、六十歲以上，年紀愈大，風險愈高。近年頸椎病卻有年輕化趨勢，二、三十歲的個案比以前多，可能與智能手機普及，頸椎椎間盤（椎骨間的軟骨）長期受壓而突出，引致退化和勞損，亦有因為意外和運動創傷造成。患者若不正視，會引致長期痛症，難以根治。」

由於頸椎及脊椎手術有一定風險，過程中有可能觸碰到神經線，令神經受損，影響病人的活動能力；手術工具亦有可能傷及喉嚨、氣管或食道，亦令患者對做手術有顧慮。有見及此，香港港安醫院—司徒拔道脊椎微創手術中心，於 2018 年底斥資千萬元，引入全港首部 O-arm O2，再配合第 8 代 StealthStation 手術實時導航系統，以及神經線監測儀，務求令手術更精準，將風險減至最低。

神經痛之苦

我們的神經線就像電纜一樣，接通身體各部分。正常人的頸椎骨塊間有足夠空間，讓神經線行走。可是，如頸椎椎間盤突出或骨刺增生，會導致椎骨間的空間收窄，如果壓着神經線，會引起發炎產生痛症。神經痛非常痛苦，包括刺痛、針扎、電擊、撕裂、灼熱、冰冷、麻痺或痕癢等，有時會合併不同程度的感覺。假如痛症持續，可能會影響病人情緒。

脊髓神經病變 致 18 年全身痛症

年約五十餘歲任職護士的林小姐，就是一名「脊髓神經病變」(CSM) 患者，被痛症纏繞達十八年之久。起因是 2001 年，她扶起男病人時，一時失重使錯力，意外導致肩頸受傷及痛楚。經骨科初步診斷，林小姐頸椎間盤輕微突出，獲處方止痛藥，希望能慢慢自行復原。但這十多年間，疼痛一直持續及蔓延，首先是左邊頸肩膊出現閃痛、麻痺，後來右邊身體也痛起來，接著痛感延至背部、手和腳。

林小姐說：「基本上除了腹部不痛，身體每一處都酸、麻、痺、痛，有時更是閃痛，像給刀子割了一下，痛到大喊，又經常頭暈頭痛。肌肉也開始繃緊起來，精神愈緊張就愈痛。」其後她獲轉介到痛症科，除接受針劑止痛外，每天更要服食強力止痛藥，劑量愈來愈大，影響睡眠質素，社交生活大減，情緒低落。

林小姐恐怕手術風險高，於是嘗試其他治療，例如針灸、物理治療、脊醫，但每次治療都只能舒緩一會，最後獲一位脊醫轉介至葉紹亮醫生。他診斷出林小姐頸椎錯位嚴重，壓住中樞神經系統，有骨刺增生，建議接受手術。林小姐於 2018 年 5 月在香港港安醫院接受微創手術，手術四個多小時。葉紹

亮醫生在她前頸位置開一個約五厘米的孔洞，切除骨刺增生後，再以鋼片和螺絲校正和固定已移位的頸椎。她指出：「痛感即時減去五成，下肢痛感亦漸漸減少七成，現在頭痛、頭暈也消失了，精神比以前好得多。」林小姐往後會積極接受物理治療師的訓練，鍛鍊因痛症而萎縮的肌肉，希望加強體能，遠離痛症。

病症晚期 及早接受手術

葉紹亮醫生提醒病人，如果出現頸痛、肩甲骨痛、手腳麻痺、刺痛、無力等情況，影響日常生活，以致拿不到筷子、扣不到衫鈕、無力上落樓梯，便需考慮接受手術。「這是因為神經線長期受壓，就如壓霉了的電線，會愈來愈脆弱，如病症晚期才接受做手術，康復會大打折扣。」如需接受手術，葉醫生建議：「最好找曾接受亞專科培訓的骨科專科醫生，包括脊椎、手部外科手術、腳部外科手術、運動創傷、人工關節、腫瘤、小兒外科和創傷等，而神經外科專科醫生中亦有專做脊椎手術的，他們各有所長。」醫生會為患者進行頸椎磁力共振檢查，確定頸椎病的問題位置和嚴重程度，盡早接受手術。

預防勝於治療

為避免頸椎長期受壓，葉紹亮醫生主張**預防勝於治療**，第一、使用智能手機每隔一段時間便應伸展頸部，讓頸椎休息。其次，多作可伸展頸部的運動如游泳。最後，是戒煙，因為煙草中的尼古丁會影響椎間盤。

病症早期

藥物及物理治療減慢惡化

如頸椎病屬初期，病人可按醫生囑咐服用藥物，或接受物理治療紓緩痛症。

止痛藥：如神經痛屬輕微，可服食止痛藥。

神經痛止痛藥：這類藥物可針對神經組織受損或功能失調，例如抗癲癇藥或抗抑鬱藥，但藥物有副作用，例如可引致嚴重頭暈，不建議長期服用。

肌肉鬆弛劑：因痛症而引致肌肉繃緊，可服用這類藥物放鬆肌肉。

物理治療：由註冊物理治療師使用牽引法等拉鬆頸椎，但這只能紓緩痛楚，並非針對性治療。

(附件:O-arm O2 及第 8 代 StealthStation 手術實時導航系統)

有關香港港安醫院—司徒拔道

脊椎微創手術中心

香港港安的脊椎微創手術中心匯聚神經外科專科醫生、骨科專科醫生、麻醉科專科醫生、放射科專科醫生、手術專科護士、放射技師和物理治療師，為受脊椎問題困擾的人士帶來全面而優質的脊椎護理。這些專家對脊椎治療的經驗豐富，加上專業護理團隊，以最先進的治療方法紓緩痛楚，幫助恢復活動能力，並提高生活質素。

傳媒聯絡

香港港安醫院—司徒拔道

葉浩婷(Angie Ip)

電話：3651 8972

電郵：angie.ip@hkah.org.hk