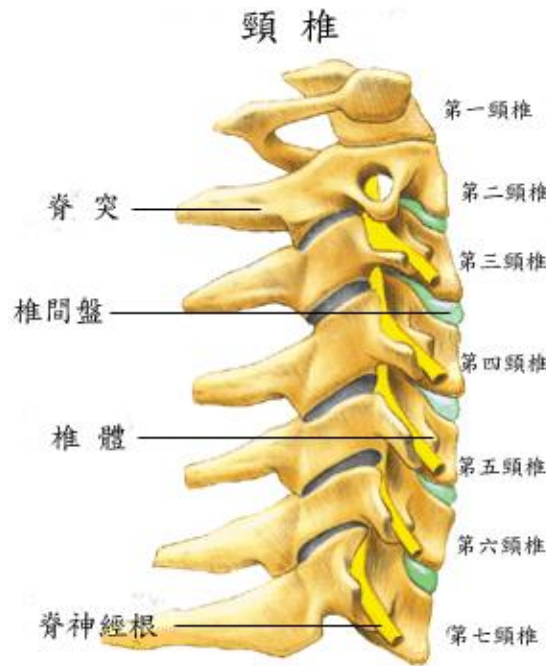


# 認識頸椎症候群及治療方法

現代人由於在電腦前面工作的時間越來越久,導致頸椎症候群的案例越來越多,年齡層也越來越年輕。頸椎症候群是指因為頸椎和附近的肌肉韌帶和椎間盤本身因為退化或慢性損傷而導致肩,頸,頭,手,胸部的不適和疼痛,甚至痠麻.頸椎一共有七節(C1-C7)而每一節當中都有一個椎間盤,提供緩衝和保護的作用。

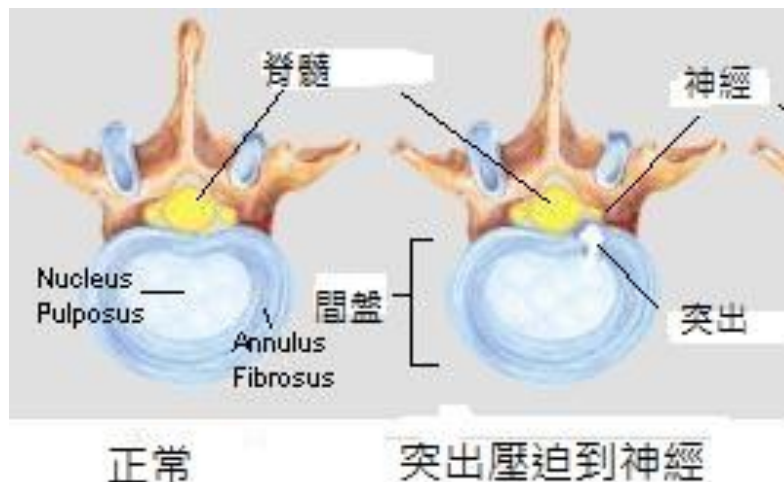


頸椎症候群臨床上包括了頸型、神經根型、脊髓型、椎動脈型、交感神經型及混合型六類類型.其中最常見的就是神經根型,主因為椎間盤突出,骨質增生或關節退化導致神經根受到壓迫~

## ◎ 椎間盤突出

成因:在成年以後人的椎間盤會因為老化,退化,或因受到外力而導致變形,突出的間盤會壓迫到神經根

所以肩頸疼痛有時會延伸到上肢,導致手痛手麻,無力。



## ◎ 治療選擇

### -- 非類固醇止痛藥 (NSAIDs)

就腸胃道而言，有以下已知的副作用~ 暈眩/嘔吐，腸胃不適，胃潰瘍/出血，腹瀉。大約百分之十到五十的病人沒辦法忍受 NSAIDs 治療所帶來的副作用，又有百分之十五長期服用的病人會得消化性潰瘍(胃和十二指腸)，就算沒有症狀，他們的病情仍有可能有併發症，例如胃穿孔和胃出血。

### -- 復健

復健包括了拉腰，熱敷，牽引。最主要是能將神經受到壓迫的地方減壓，可惜多數病人因疼痛不已而放棄復健。

### -- 手術治療

雖然現代手術傷口越來越小，不管是神經減壓術，脊柱固定術都有風險。侵入性的治療對脊椎，椎板，間盤會帶來一定的損害，也會使其老化的更快。很多的病人因此在術後的數月或數年之後疼痛感會因為術後脊椎的加速退化而復發。手術與否需與脊椎外科專科醫師討論。

新北市立聯合醫院 腦神經暨脊椎外科編撰