



# 椎間盤切除後再次突出，怎麼辦？

50歲李女士是家庭主婦，2016年5月彎腰拿重物後便出現腰腿痛，作磁力共振掃描後發現腰椎第4、5節椎間盤0.7公分向中左突出（見圖一），壓到少許馬尾神經及左方神經根。

## 真實個案

李女士經大半年物理牽引治療及服用藥物後都不見好轉，反而開始感覺左腿乏力、拉緊、小腿抽筋及麻木、不能遠行及久坐，醫生建議可作脊椎神經注射阻隔治療，或作切除突出椎間盤手術。李女士在2017年1月找筆者求診並希望作Cox<sup>®</sup>椎間盤脊椎神經減壓治療，看能否不要動手術。

但由於李女士已作了六個月保守性物理治療，加上她有左腳乏力及晚間輕微尿頻現象，所以決定再作磁力共振確認情況。從當日所拍的磁力共振片子，發現她的腰第4、5節椎間盤已突出達0.9公分，壓向馬尾神經線的情況也比之前更甚（見圖二），同時李女士明顯出現神經缺損現象，故建議她應作手術切除突出椎間盤。李女士在2017年1月15日接受了微創切除突出椎間盤手術，術後她先前的腰腿痛、乏力等情況大大改善。

醫生囑咐術後應完全避免提拿重物、不可做重力運動或過分勞動，可惜病人沒有遵行，術後三星期李女士腰椎第4、5節椎間盤再次突出（見圖三），

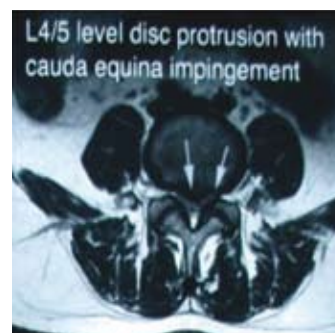
使腿部及臀部痛楚麻痺。病人不想在短時間內再次動手術，加上情況不嚴重，便接受筆者Cox<sup>®</sup>椎間盤脊椎神經減壓治療。經過四個月達30次的Cox<sup>®</sup>椎間盤減壓治療後，病人腿部、臀部的疼痛及麻痺消失，作磁力共振對比發現術後再突出的椎間盤明顯縮小收回，之前壓到神經的情況也改善不少（見圖四）。病人現在保持每月作Cox<sup>®</sup>椎間盤減壓保健治療來維持椎間盤的狀況。

## 微創腰椎間盤切除術

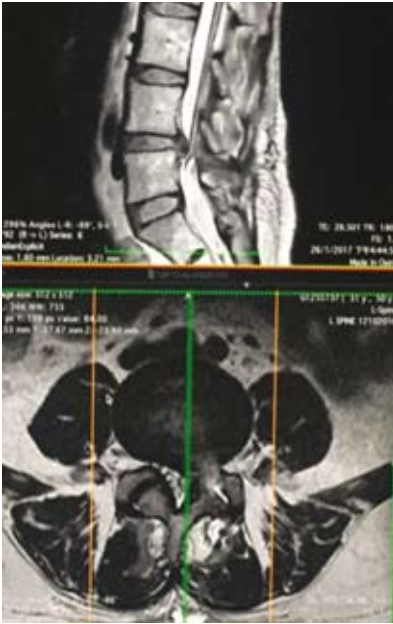
微創腰椎間盤切除術屬於外科手術，可減輕椎間盤突出對神經根、脊髓造成的壓力。神經外科醫生會在病人腰部切一小口並取出部分或所有的椎間盤，在某些情況下醫生還會取出部分椎骨以減輕壓着神經所引起的症狀。傳統開放式脊椎外科手術有較大傷口且會分離肌肉，微創手術只有一個小切口或多個小切口，且因使用肌肉擴張器，神經外科醫生可在



■圖一



■圖二



■圖三

脊椎的周圍分離肌肉而不會切割肌肉，這種方法可保留脊椎周圍的肌肉和血管功能。病人在全身麻醉鎮靜下進行該項手術，醫生首先在病人腰部做一個小切口，然後放入擴張器逐漸擴張或分開腰部的肌肉和結構，並移除壓着神經線的椎間盤或骨刺，最後把肌肉及切口縫合。

### 手術後的護理小貼士

術後二至三天，除了用膳及睡覺，其他時間應戴上腰封。下床時側臥至床邊，以手臂力量撐起身體，同時雙腳下垂至床下後坐起。下床後可站立、行走、避免久坐或久站，站立時脊椎維持平直、腹部收回、將膝微彎，可減少脊椎壓力。應穿平底鞋或運動鞋，勿穿高跟鞋，鞋子需有防滑功能。術後六至七天，可坐在硬面且有椅背的椅子，坐姿要正確勿彎腰及扭轉身體，或勿斜坐於椅上。



■圖四

### 一般術後活動原則

1. 第一星期可短距離散步、不可駕車、舉重物及運動。
2. 第二星期可短時間坐、站、散步及短距離開車，但仍不可運動。
3. 第三、四星期可做些輕鬆工作，但絕對禁止造成背部壓力的動作，例如舉重物、旋轉腰部等。
4. 第四至六星期內勿坐過久，儘可能多站立及行走。
5. 第八星期可開始從事輕微勞動工作，但仍須避免旋轉及提重物。
6. 第十二星期可恢復以往的工作量，但避免搬重物。
7. 半年到一年避免頸、腰、背部過度勞累，以防椎間盤再突出。

\*可參考COX TECHNIC 官方網頁[www.coxtechnic.com](http://www.coxtechnic.com)

\*資料及圖片提供：彭家雄（腦神經外科醫生）[www.chiro-neuro.hk](http://www.chiro-neuro.hk)

\*如對脊骨神經科有任何查詢，請瀏覽 [www.drbackpain.com.hk](http://www.drbackpain.com.hk)/[www.drmatytwong.com](http://www.drmatytwong.com) 或致電2804 6813。

## 手術療法及術後保健治療

手術療法的目的主要是緩解神經壓迫症狀，避免受壓迫的神經受到更嚴重傷害。病人若有以下嚴重徵狀便要考慮接受手術：

1. 出現無法忍受的疼痛，或用任何藥物都不能減輕腰背或腿部疼痛。
2. 不適情況嚴重影響日常生活或出現大小便失禁，這稱為馬尾神經症候群（Cauda Equina Syndrome）。
3. 接受保守治療超過三至六個月以上，疼痛或麻痺症狀都無法紓緩。
4. 保守治療期間，仍出現神經缺損現象。

至於術後的保健治療，目的是幫助患者減輕術後的痛症和痺症，同時恢復脊骨的活動功能。Cox<sup>®</sup>椎間盤脊椎神經減壓治療是一項安全有效的治療方法，經醫學臨床研究和實證可知，對椎間盤突出或術後椎間盤再突出都有顯著的功效。一般病人可在術後6至12星期後接受Cox<sup>®</sup>椎間盤減壓治療；如病人接受了脊椎融合手術，可在術後12至16星期後開始進行治療；如發現椎間盤術後再次突出，可立刻接受該項治療。