

背痛難耐 原來骨質疏鬆了

文／鄭冉曦

七十七歲的陳先生背痛難耐，以為是背部拉傷的緣故，但到診所看過醫生，吃藥、復健都沒有改善。

來到台北慈濟醫院就診神經外科，洪立偉醫師透過影像及理學檢查，發現陳先生的腰椎第一節出現壓迫性骨折，與家屬討論治療方案後，決定執行「微創骨水泥手術」，術後隔日陳先生已能下床自行活動，恢復正常生活。

神經外科洪立偉醫師指出，壓迫性骨折常見於骨質疏鬆的患者，而骨質疏鬆依照病因的不同可分為兩大類，一類為原發性骨質疏鬆：如自然老化、女性停經後缺乏荷爾蒙導致骨質大量流失，以及人體腎臟無法合成足夠的活化性維生素D，使鈣吸收下降等情形；一類為續發性骨質疏鬆：如營養不良、姿勢不良、甲狀腺功能異常、長期服用類固醇藥物、抽菸、過量飲用茶、酒或咖啡。

骨質疏鬆症是一種全身性的骨骼疾病，起因於造骨細胞與蝕骨細胞之間的不平衡，早期並不會產生疼痛，因此許多人往往在骨折發生當下才知道骨頭已經無法承受外力傷害。

壓迫性骨折若選擇保守治療，可給



台北慈濟醫院神經外科洪立偉醫師建議六十五歲以上女性及七十歲以上男性定期接受骨密度檢查，監測骨質健康。攝影／盧義泓

予消炎止痛、肌肉鬆弛等藥物，另外搭配護腰，讓壓迫碎裂的骨頭慢慢癒合，久而久之疼痛感就會慢慢減緩，但通常需忍耐一個月的時間，得評估患者疼痛耐受度與動力受限的狀況。而針對嚴重壓迫性骨折患者，則可選擇進行微創骨水泥手術，透過三釐米的骨穿細針，在X光影像導引下將骨水泥注入椎體骨折處，除了可大大改善疼痛，術後可大幅增強椎體強度及脊椎穩定性。

洪立偉醫師提醒，六十五歲以上女性或七十歲以上男性，建議定期接受骨密度檢查，飲食上應攝取足夠的鈣質、維生素 D、維生素 K2 與植物性雌激素，並維持規律的負重運動，以促進骨質健康。一旦出現背部不明原因疼痛時，務必盡快就醫檢查，除了可改善疼痛增加生活品質以外，也可降低潛在其他原因造成神經壓迫的風險。🌱



術前核磁共振影像顯示，腰椎第一節呈現壓迫性骨折。圖／台北慈院提供



術後 X 光顯示，水泥注入椎體骨折處，增強椎體強度及脊椎穩定性。圖／台北慈院提供