

颈椎病 是不是 生了骨刺?



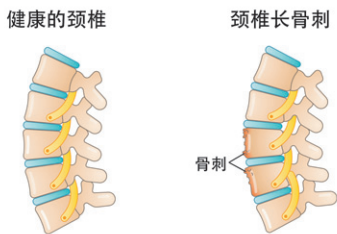
58岁的林先生是名会计师，三年来他一直承受肩颈疼痛的折磨，除了疼痛，他的肩颈也非常僵硬紧绷。特别是在工作的时候，需要长时间注视着电脑荧幕，还要弯身检查会计册本，更是疼痛难忍。林先生怀疑自己的颈椎病是由骨刺引起的。

问题 1: 到底什么是骨刺?

Dr Pain 李文鉴医生: 骨刺是指骨头上的骨质增生，是骨头老化的一种自然现象。由于关节间长年累月的磨损，使骨头过度劳损，加上骨骼间的软骨组织因长期承受压力，慢慢磨损和失去弹性。骨头缺乏了保护，就会产生退化性的改变，最明显的就是出现在关节边缘位置的骨质增生。

问题 2: 是不是所有颈椎疼痛都是由骨刺引起呢?

Dr Pain 李文鉴医生: 这是个误解。一般来说，只要骨刺没有压到肌腱，就不会产生疼痛。骨刺只有在压到神经线使其受到刺激时，才会导致颈椎疼痛。严重的神经线压迫导致的疼痛，可能会扩散到肩膀、手臂和胸口，甚至导致手脚出现麻痹和无力的感觉。



问题 3: 还有哪些引起颈部疼痛的原因吗?

Dr Pain 李文鉴医生: 常见颈部疼痛原因有几个:

◆肌肉受损

有一半以上的颈部疼痛是由于肌肉紧张或者是肌肉受损



而引起的。这类肌肉引起的疼痛不算重病，但痛起来患者也会非常难受，影响作息，而且还会蔓延到肩膀、手臂甚至是手指。

颈项肌肉持续僵硬和疼痛，也可能是以前受伤带来的续发性神经刺激，或由不良姿势、压力或感染所导致的。

◆关节突发炎

颈椎关节突的小平面发炎，也会导致难以忍受的颈项痛。

◆椎间盘突出

临床上，约占三分之一的慢性颈痛是因为椎间盘突出引起的。椎间盘的突出会压迫到神经线，导致椎管狭窄，引发四肢无力，严重的会瘫痪。

问题 4: 林先生颈椎疼痛的病因是什么?

Dr Pain 李文鉴医生: 我为他做了磁共振检测和电脑断层扫描，排除了颈椎间盘突出或神经受压的可能性。林先生是患上‘肌筋膜痛综合征’，特征是有多个激痛点 and 紧绷筋膜（结缔组织）的慢性疼痛综合症。林先生可能是因长期低头，姿势不良和老化，而导致肩膀酸痛，手指麻木酸痛，颈项僵硬。

问题 5: 有什么方法可缓解颈椎疼痛?

Dr Pain 李文鉴医生: 一般患者可以透过药物、物理治疗来减轻颈椎疼痛，如果患者已有麻痹或无力的感觉，而且经过两三个月的保守治疗还无效，患者可通过以下侵入性低的治疗方案：

◆特殊注射

在颈项周围肌肉注射包含局部麻醉剂、抗炎药和肌肉松弛剂的组合，可以止痛和减轻炎症，有效改善肌肉痉挛，恢复局部的血液循环。

◆激光微创治疗

针对骨刺和颈椎退化导致的椎间盘突出，可使用激光，使突出椎间盘收缩，减低椎间盘与神经线的压力。激光也可使用于关节发炎部分，把发炎部分“烧掉”，这样一来，关节神经就不会像以前那么敏感，颈项就能自由转动。

这两种微创疗法的好处是安全、疗效快与持久，无需开刀或住院。

电话咨询 / WhatsApp:

8777 9500

www.paincarecenter.com.sg

全嘉疼痛护理诊所

DR+ Medical & Paincare Clinics

您不必再忍受疼痛折磨，新加坡疼痛护理集团旗下设有10家全科诊所，专为您提供疼痛微创治疗方案。



扫描二维码
以获取全科诊所地址