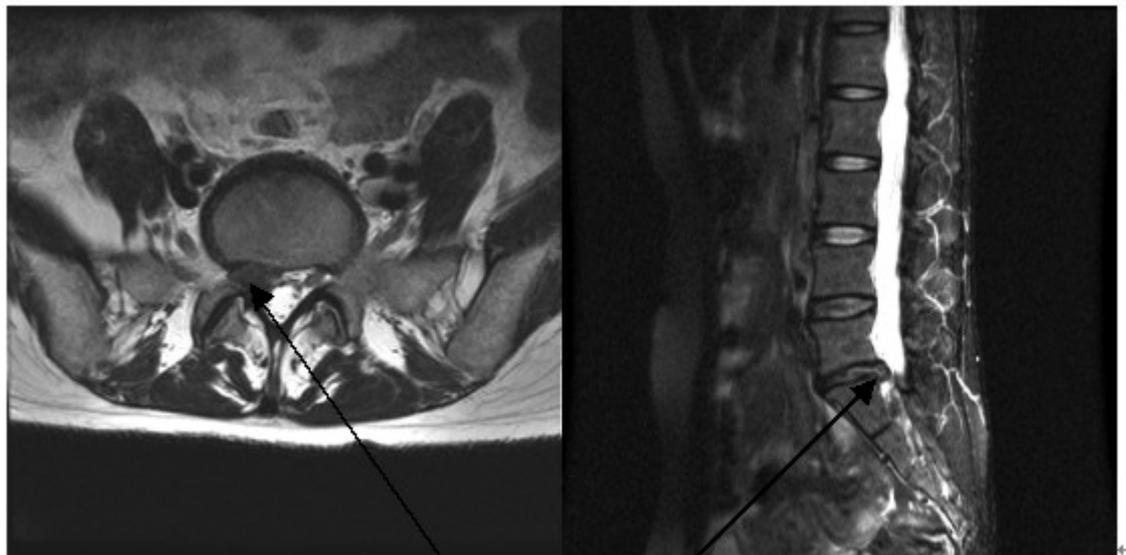


坐骨神經痛與腰椎間盤突出症

國泰綜合醫院神經外科醫療團隊主治醫師 張志儒

何謂坐骨神經痛？

坐骨神經行走於骨盆腔後側，沿著臀部、大腿後側、小腿後外側和足背外側分布；是我們人體腰椎下部，處於活動最大、載重最大、負荷最重的部位，因此最容易出問題。坐骨神經痛的疼痛是一種像觸電性的痛，由腰臀處傳到大腿、小腿及足背等處。咳嗽、打噴嚏、直立久坐或上廁所等動作，都會使疼痛加劇。造成坐骨神經痛的原因有很多，最常見的就是椎間盤突出。



椎間盤突出

那些人最容易發生

一般來說二十五至四十歲之間的青壯年人，最常發生。男性勞動者最多見；如工人、司機、長期負重者。另外如長期坐辦公桌、打字員、電腦工作者也很常見。

治療的方法為何？

治療的方法有很多，如藥物、臥床休息、腰部牽引等等；但如果效果不彰持續疼痛或有神經缺損者，如下肢乏力、肌肉萎縮、垂足、大小便失禁者則需接受手術治療。目前由於顯微鏡的進步及器械的改良，可以讓我們在三公分左右的傷口，失血少於二十c.c.的情況下，安全地把壓迫神經的椎間盤摘除。通常第二天即可下床走動，三至四天即可出院。

2008.03 初訂
B0000000112.2008.初訂