

為何患者會出現不同程度的疼痛？

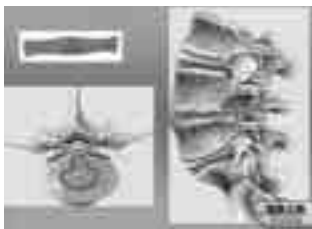
主持人：剛才的幾位患者都不同程度地談到了自己的病情，但是我注意到了，雖然他們得的是腰椎疾病，可是腿部的癢狀好像更加明顯一點兒。

劉海鷹：是的。腰椎發出的神經根支配著下肢的感覺和運動，如果說神經根受到刺激，受到壓力，它將會產生相應的所支配區域的腿疼痛。



劉海鷹副教授

主持人：好了，我們來看一下這張圖，您給我們詳細地解釋一下，好吧？



異常的腰椎剖面圖

劉海鷹：這是一幅異常的腰椎剖面圖，我們看到椎間盤逐漸往後突出，壓迫到兩邊的側毛囊和神經根，這要從側面看更形象一些。它逐漸往後壓迫，間隙也窄了，經過卡壓之後，它所支配的區域就會產生感覺運動的障礙，另外還會出現疼痛。百分之八九十的腰椎患者的病人都會出現不同程度的疼痛。

主持人：因為腰椎間盤突出之後，壓迫了神經。我們剛才看到的第一位患者，他的病程是15年，應該說得病時

間比較長了，他的發病情況是逐年加重的。是不是所有的腰椎患者的典型癥狀都是這樣的？

王會民：退變性腰椎疾病的特點就是這樣，是一個慢性的、漸進的、由輕到重的發展過程。不像年輕人得的急性椎間盤突出，受傷、運動以後，突發劇烈的腰腿疼痛，疼得不能忍受。它是慢慢來的，一開始是走路、勞累，或者說不正確的姿勢時間長了以後，出現腰酸、腿疼這些現象，休息以後就好了，可能十天半個月、半年都不發病了。隨著病情的發展如果沒有得到及時治療，情況就會越來越重，發作的頻率也更頻繁了，以至於休息、甚至吃藥也緩解不了癥狀。

主持人：不同的腰椎疾病患者的表現是不是也不一樣呢？

劉海鷹：是的，單純的椎間盤突出，它的表現主要是腰疼和下肢的放射性疼痛，像過電一樣疼痛，百分八九十的病人都會有這樣的臨床癥狀。產生這種疼痛的原因，主要是突出的物質造成對神經機械性的壓迫，它釋放出化學性的物質，也是對神經化學的刺激，產生放射性的疼痛，主要是腰疼和下肢的放射性疼痛。

主持人：主要癥狀是這樣的，那麼如果不加以控制，發展下去會是什麼樣的情況呢？

劉海鷹：我們剛才已經看了模型，發展下去會刺激後面椎管裡面一些物質，像滑韌帶、小關節，會造成椎管狹窄。

專家文摘02 誰的腰腿老得快

當人體進入成人期的同時，發育卻逐漸停止，隨之而來的就是身體各組織的老化、退變，即進入退變期。俗話說“人老從腰腿老起”。隨著人均壽命的延長，以及現代醫療技術的不斷提高，因退行性病變所致的腰腿痛在諸多疼痛疾病中佔有主要地位。我們經常發現，儘管有人年齡相似，但退變的程度卻不相同。有的人剛40歲，腰椎或膝關節的X光片卻顯示出50—60歲年齡的退變程度，那麼，什麼人的腰腿老化得快呢？

1. 過度負荷的人

如重體力搬運工、舞蹈演員、運動員，他們年輕時腰部長期處於被迫體位。儘管正常人腰椎間盤可承受達600—700公斤的壓力，但如果長期處於平均壓力達350公斤狀態時，就可以使腰椎

間盤纖維環斷裂，導致髓核突出壓迫神經而引發一側肢體的放射痛，從而患上了腰椎間盤突出症。

2. “坐家”——伏案工作者
通過醫學工作者對腰椎間盤的壓力測量表明，當人體直立時，第三腰椎間盤壓力負荷量約70公斤，但如果將腰椎向前屈曲則可以達120公斤，如果在此情況下再負重20公斤，椎間盤內壓力可驟升至340公斤。反之，躺在床上時測得的壓力最低，僅是站立時的一半。如果長時間地使腰椎處於前屈或側彎狀態，勢必加重腰椎間關節的負荷而容易發生退變。生活中從事腦力勞動的人如作家、會計、電腦程式師、編輯、教師等，經常伏在案前工作，腰椎恰好處於前屈狀態，時間久了很容易老化而發生病變。

3. 有慢性勞損的人

某些職業使腰部長期處於遭受震蕩的狀態，如卡車、拖拉機、裝甲車駕駛員，使腰椎間盤長時間遭受持續、反復的高壓衝擊，形成慢性勞損，可加劇髓核對周圍韌帶的壓力，而容易引起撕裂及韌帶骨膜下出血，嚴重者可致椎間盤髓核突出。

4. 受到暴力、外傷的人

暴力及外傷引起骨關節、肌肉、韌帶損傷，加劇退變。還有腰椎穿刺、粗暴的推拿手法、大重量的牽引也可直接破壞腰部正常結構的完整而加速退變的可能。

5. 有慢性炎症的人

腰椎周圍的各種炎症，可直接刺激周圍的肌肉、韌帶，造成該部位的肌肉緊張、韌帶鬆弛和椎管內外平衡失調而加劇腰椎的退變。

6. 先天因素

凡是能影響腰部正常活動及負荷功能的先天性畸形，如先天性椎體融合、腰椎化等，均可使退變過程加劇。

7. 其他

如全身代謝性疾病、內分泌紊亂、中毒以及藥物等，均可導致腰椎和膝關節退行性變加劇。

退變可引起以下幾種常見疾病：(1)肥大性脊柱炎；(2)下腰椎失穩症；(3)老年性駝背畸形；(4)腰椎間盤突出症；(5)腰椎管狹窄症；(6)退變性小關節損傷性關節炎；(7)退變性椎崩裂和椎體滑脫；(8)膝關節增生症（骨性膝關節炎）。

專家文摘03 哪些人愛“突出”

腰椎間盤突出症有一定的好發傾向，那麼，什麼人愛“突出”呢？

1. 從年齡上，20—40歲之間的青壯年易發生此病，比例大約佔整個發病率的80%。
2. 從性別上，腰椎間盤突出症多見於男性，因為男性體力活動較多、較頻繁，腰部活動範圍大。
3. 從體型上，過於肥胖或過於瘦弱的人易致腰椎間盤突出。
4. 從職業上，勞動強度較大的產業工人多見。比如：司機、煤礦工人、農民等。
5. 從姿勢上，每天常常伏案工作的辦公室工作人員及經常站立的售貨員、紡織工人等較多見。
6. 從生活和工作環境看，若環境經常潮濕或寒冷，也易發生腰椎間盤突出。
7. 從女性的不同時期看，產前、產後及更年期為女性腰椎間盤突出的危險期。