

## 九成膨隆型腰椎间盘突出症可保守治疗

## 腰椎间盘突出不压迫神经不用治

本报泰安1月12日讯(记者路伟) 冬季受持续低温影响,不少腰椎间盘突出症患者旧疾复发,医院骨科门诊量明显增加。本期空中诊室,本报邀请到泰山医学院附属医院骨科主任、研究生导师张喜善,张主任为我们介绍了常见的腰椎间盘突出症的种类、治疗手段以及保养措施。并提醒市民,出现腰腿疼痛,要去医院做体格检查,有些腰椎间盘突出

症完全可以通过保养恢复。

“膨隆型、突出型、脱出型和许莫氏结节及经骨突出型是腰椎间盘突出症最常见的四种类型。”张喜善介绍,膨隆型主要是因为纤维环部分破裂,而表层尚完整,此时髓核因压力而向椎管内局限性隆起,但表面光滑。“这种类型90%通过保守治疗就能缓解或者治愈。”

突出型腰椎间盘突出症则是由于纤维环完全破裂,髓核突向

椎管,仅有后纵韧带或一层纤维膜覆盖,导致表面高低不平或呈菜花状。“还有一种类型是脱出型,这种病因主要是由于破裂突出的椎间盘髓核组织或碎块脱入椎管内或完全游离。此型不单可引起神经根症状,巨大的髓核突出还容易导致马尾神经症状。这两种类型的腰椎间盘突出症,常需要通过手术治疗才能痊愈。”

许莫氏结节及经骨突出型腰

椎间盘突出症是由于髓核经上下终板软骨的裂隙进入椎体松质骨内或椎体前方,不压迫神经根,一般仅有腰痛,无神经根症状。“这种类型一般不需要治疗,休养一段时间就可康复。”

不少人知道自己患上腰椎间盘突出后就紧张得不得了,张喜善提醒,并不是所有的腰椎间盘突出都需要治疗。“腰椎间盘突出和腰椎间盘突出症是两个概念,前

者只是影像学诊断,不需要治疗。”张喜善说,腰椎间盘突出之所以会疼是因为,腰椎间盘突出的一部分压迫了神经根,但是有的人椎管比较宽大,即使腰椎间盘突出比较严重,也不会压迫到神经根,但是有人椎管比较小,轻微的突出就可能造成神经根的严重压迫,“椎间盘突出症则应根据不同类型和特点采用不同的治疗方法。”



张喜善主任在为患者做检查。 本报记者 路伟 摄

张喜善,泰山医学院附属医院骨科主任,骨一科主任,医学博士,主任医师、教授,硕士研究生导师,访美学者。《中国矫形外科杂志》编委,中国残疾人康复协会肢残矫治委员会委员,中国Ilizarov学组委员,山东省医学会创伤外科学分会青年委员会副主任委员,山东省医学会骨科学会创伤学组委员,山东省医学会手外科分会委员,山东省骨科学会肿瘤学组委员,医院首届“优秀执业医师”,山东医师奖获得者。

从事骨科临床工作二十余年,擅长脊柱微创技术,能熟练应用经皮椎间盘切除术、切吸及射频消融术治疗椎间盘突出症。2009年9月—2010年3月在美国WAKE FOREST大学医学中心进行培训学习,接受了国际先进骨科治疗技术的理念教育及规范培训,获得了美国WAKE FOREST大学医学中心授予的美国脊柱专业FELLOWSHIP证书,在骨科医疗领域取得长足进展。在山东省教育厅立项科研课题1项,获泰山医学院资助科研课题5项,获泰山医学院科技成果奖5项,获国家专利2项,主编论著9部。

坐诊专家

## 三成腰腿疼患者不知自己得啥病

本报记者 路伟

每年冬季是腰椎间盘突出症发病率较高的季节,但是有些腰疼患者并不是因为腰椎间盘突出,泰山医学院附属医院骨科主任张喜善提醒大家,冬季低温刺激,易导致腰疼,因此腰部保暖至关重要。另外,他还提醒广大老年朋友,平时多晒晒太阳,对自己的腰间盘有好处。

## 1 冬天腰腿疼,不一定是腰椎间盘突出症

冬季天气寒冷,气温低,腰背部肌肉会出现不同程度的紧张和痉挛,使椎间盘内的压力增高,不恰当的应力刺激容易导致腰椎间盘突出症的发生。张喜善提醒大家,天气寒冷导致的腰腿疼痛,并不一定是腰椎间盘突出症,“天气寒冷,肌肉受刺激也能导致腰部疼痛,如果确诊是寒冷所致,病人

只需通过保暖就能好转。”

腰椎间盘突出症根本原因是椎间盘退变,另外急性和慢性的损伤也是导致腰椎间盘突出症的主要原因。“像一些久坐的司机,特别是在颠簸的路上开车,容易给椎间盘造成压力,时间长了,特别容易得椎间盘突出症。”张喜善说,怀孕期间,女性腰腹负担加重,再加上激

素的影响,怀孕期间腰椎间盘突出症也比较常见。

和老年人相比,年轻人患腰椎间盘突出症主要是因为急性损伤。张喜善举例道,运动员比赛前一般会做热身运动,“年轻人不恰当的运动会造成腰椎受伤,甚至发生腰椎间盘突出症,而且往往要经过手术治疗才能完全治愈。”张喜善说。

另外,从门诊患者的构成来看,多数腰椎间盘突出症患者并不一定是从事重体力劳动的,长期坐办公室的人和司机因腰椎长时间保持一个姿势,常会导致腰椎间盘突出症发生。“体力工作者,在工作中锻炼了肌肉,对腰椎形成一种保护,反而不容易得腰椎间盘突出症。”

## 2 老人骨质疏松,常伴有骨质增生

“医生,我得了腰椎间盘突出症,快帮我看看吧。”在泰山医学院附属医院骨科门诊,一位患者对医生说。张喜善介绍,受冬天低温影响,每天骨科门诊接待患者都不少,像上述患者的说法,几乎每天都能听到。

有些患者根本不是腰椎间盘突出症,但却认为是该病来就医,也有一些椎间盘突出症的患者担心手术后会瘫痪,对

手术不了解,坚决不敢到大医院看病,或不敢接受手术治疗,私下到药店买药,直到不能坚持了才来就医,甚至会延误病情,失去最佳治疗时机。“从门诊患者情况来看,许多患者就诊时对自己的病情存在许多误判。”张喜善说。

对于腰椎间盘突出症,许多患者都存在认识上的误区,腰椎间盘突出症有多种类型,

找准原因才能有更好的治疗效果。“由于一些小医院仪器、设备不完善,也有一些医生凭借主观判断,腰椎间盘突出症存在较高的误诊率。”张喜善说,曾经有位患者,腿疼得厉害,通过CT扫描腰椎间盘黄间隙,结果并未发现异常,有医生就断定不是腰椎间盘突出症。但是再次通过对腰椎椎体水平的扫描才发现,原来这名患者椎间盘

髓核脱出后向下方翻转,卡在侧隐窝里,压迫神经导致剧烈的根性疼痛。

另外,许多老年患者因骨质疏松,常合并严重的骨质增生,间盘退变也较为严重,会造成椎管狭窄症,出现间歇性跛行,走一段路就出现腿疼、腿胀,无力,需要蹲下休息一段时间才能再走,因此防治腰椎间盘突出症的同时,还要防治骨质疏松症。

## 3 切开7毫米刀口,缓解不少病痛

大部分腰椎间盘突出症可以通过保守治疗,例如卧床休息、牵引治疗、按摩治疗、药物治疗等,部分可以应用微创技术治疗,如切吸技术,张喜善介绍,这种方法是从小切口7毫米的切口,建立工作通道,将椎间盘内部分髓核组织切除,降低椎间盘内的压力,腰腿疼痛症状逐步得到改善,“这种方式适合于膨隆型和轻度突出患者。”

在临床上还有一种叫做臭氧治疗技术治疗椎间盘源性腰疼。C臂透视下,向病变的椎间盘内注射造影剂,若诱发相同的腰疼症状,即能够确定疼痛的原因。“一般是一些窦椎神经导致的疼痛,通过臭氧治疗,氧化掉不该有的神经,达到治疗的目的。”张喜善说,泰医附院常将上述方法联合应用,即所谓的叠加疗法,取得较为理想

的治疗效果。腰椎微创椎间孔镜技术对大部分的椎间盘突出症患者可以进行治疗,创伤小,恢复快,是目前国内外较为广泛应用的脊柱微创技术。

泰山医学院附属医院骨科在全市率先开展了微创TLIF技术,手术创伤小,出血少,恢复快、复发率低,病人花费较传统内固定技术低。

另外一种内固定方式是弹

性固定技术,当病人腰椎间盘退化不严重,突出较轻以及膨隆型腰椎间盘突出症患者可以采用这种方式。“通过椎间盘的应力强度,腰椎间盘可以再水化,保留了一个健康的椎间盘,是比较合理的手术方式。”张喜善介绍,一名优秀的医生,必须做到对病情判断准确,对方案选择合理,并能够认真、准确地实施治疗方案。

泰山医学院附属医院  
骨外科

## 科室简介

泰山医学院附属医院骨科为山东省教育厅首批重点学科,泰山医学院第一个硕士学位授权点,山东省护理服务示范病房,泰安市医疗质量示范科室,下设4个病区,分为脊柱外科、创伤外科、关节外科和手足外科等专业方向。多年来,骨科新老一辈专家勇于开拓,躬耕不辍,有力地推动了科室的发展,让骨科成为技术力量雄厚,总体水平居国内先进,融医疗、教学、科研为一体的优势学科。

科室现有医师30人,其中主任医师、教授6人,副主任医师、副教授7人,硕士研究生导师7人,医学博士6人,医学硕士17人。多数为省内外知名专家和优秀中青年医师,多数专家具有在美国、新加坡、意大利的著名医学中心和国内知名医院进修学习的经历。

骨科每年承担一系列国家级和省级研究课题,新的成果不断出现,新的技术不断得到推广应用,每年发表多篇SCI论文,骨科微创技术处于国内先进水平,在骨科领域不断创造着新的奇迹,全力践行着为广大患者的健康保驾护航的神圣使命。

电话:0538—6231085(骨一科) 6236221(骨二科) 6230792(骨三科) 6236391(骨四科)