



成形術 質疏鬆 腰椎骨折

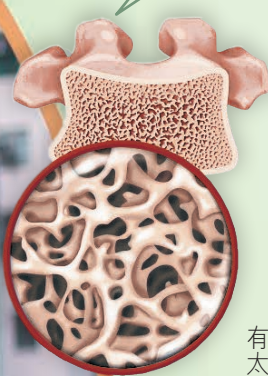
高天祐醫生指出，骨質疏鬆患者很容易有腰椎壓縮性骨折。

無論男女，都會隨着年歲增長，身體機能下降，肌肉力量和骨質的衰落在進入晚年後尤為顯著，其中女性長者更大多有骨質疏鬆問題，骨折機會大增。骨折了，長者忍着痛楚行動，我們不難看到婆婆們佝僂着身子在路上行走，很大機會是骨質疏鬆引致骨折的後遺症。

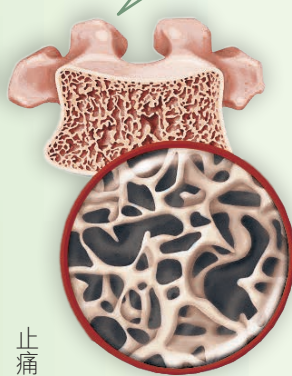
人老了，是否一定會佝僂？骨折了，是否只有忍痛生活，無法治療呢？當然不是，近數年，醫學界有多種新方法，能治療骨質疏鬆引致的骨折。

撰文、攝影：陳旭英 設計：林彥博

正常骨質



疏鬆骨質



◀ 隨着年齡增長，骨質逐漸流失。長者骨質流失情況尤為嚴重，這時如遭受輕微撞擊或過壓力，疏鬆骨質組織無法支撐，便會出現骨折。

九

十一歲的李婆婆，沒有兒女，只有一人獨居。

由於婆婆慣於勞動，經常搬重物，所以積下不少勞累，有時偶

有扭傷，婆婆會休息數天，當

痛楚稍為紓緩後又會恢復勞

動。然而，在積勞成痛

下，她的腰骨愈來愈彎，

近半年，更是經常腰骨

痛。她到政府診所求醫，服

止痛藥及做物理治療，但情況沒

有太大改善。醫生懷疑她可能有

腰椎骨折，安排她照X光及

磁力共振掃描，確認腰椎

關節有倒塌情況，故轉介她見骨科專科。

骨質疏鬆 硬度減弱

養和醫院骨科專科醫生高天

祐說：「長者常見有腰骨痛，他們

大多以為是自己不小心扭傷肌

肉，休息一下便沒事。但事實可

能是已經出現骨折。輕微的骨折

是可以自行癒合，但對於已有骨

質疏鬆問題的長者，癒合過程就相

當緩慢，亦因為骨質密度差，難

以自行修補，結果是骨折情況愈

演愈壞，最終長者整條腰椎倒塌

彎曲，無法挺直身子。」

高醫生指出大家不難見到婆

婆們的腰椎慢慢彎下來，其

實這類情況正正顯示有

骨質疏鬆引致的骨

折，因為腰椎

關節已慢

不少長者有腰痛問題，如持續沒有改善，就應求醫檢查清楚。



體骨 椎救

慢倒塌，故婆婆看起來像是愈來愈矮。

為何骨疏鬆會令女性長者腰椎倒塌？高醫生解釋：「骨質疏鬆是指像蜂巢一樣的骨質組織慢慢流失，疏鬆後骨頭硬度慢慢減弱，至某程度便會折斷，稱為壓縮性骨折。脊椎關節會因為骨質疏鬆嚴重，由上而下的壓力會令骨骼中間移位而出現裂痕，當脊椎關節受力就會被壓扁、移位。」

當脊椎關節受壓，通常脊椎前面受壓較多，因為人體的壓力都在前面，故這類患者的椎骨後面多數不受影響。」

擠壓神經 腳軟無力

因骨質疏鬆而漸漸形成的骨折之所以被忽略，是因為早期骨折時，患者並不太感到痛楚。再加上人有自愈能力，骨折後會自行修補，一般五十至六十歲人士出現這種骨折，大約在六至八星期能自動痊癒。

「但七十歲以上人士由於骨質疏鬆程度較嚴重，故當骨折時骨向下塌，沒有足夠骨質令其癒合，癒合過程就會非常緩慢。如這時候有適當治療例如戴上腰封，患者骨折情況可以改善。但如沒有求醫或接受適當治療，病人可能經歷很長時間也未能自行痊癒，同時會長期捱痛。」高說。

所以他提醒如長者出現背痛、駝背，或有雙腳麻痺等情況，就要盡快求醫。「如有雙腳麻痺情況，很大機會是因腰椎骨折後壓到神經線，稱為馬尾神經症候群，有機會影響病人的大小便功能。」

► 修補壓縮性骨折的金屬支架，經導管進入後，球囊膨脹，支架撐開，讓醫生進行修補。



◀ 這儀器可以將修補物料如骨髓泥，經管導唧入受損椎骨。

腰封保護受損椎骨

如何及早發現有壓縮性骨折？高天祐醫生說，如病人已知道自己有骨質疏鬆問題，又出現腰痛，最好見醫生照X光檢查清楚。不過早期骨折可能只是輕微裂痕，難以發現病情，故有懷疑時，醫生會再安排照磁力共振。高醫生提醒長者應留意自己的腰痠背痛情況，如痛楚持續一個星期，就要考慮求醫。

「磁力共振檢查骨骼如有發光影像，有兩個可能，一是有腫

► 不少佝僂的長者，腰背彎曲無法伸直，這類很多時由骨質疏鬆造成。



瘤一是受感染。如有此情況就要治療。」

如何治療骨質疏鬆引起的腰椎骨折？高醫生說，昔日醫生會為患者打石膏讓骨骼在正確位置自然癒合。但由於打石膏令患者感辛苦及活動困難，現時改為穿戴腰封。腰封可支撐病人上半身的體重，減輕腰椎向下壓的力，而骨折位置亦可在正確位置慢慢生長癒合。

雖然說是腰封，但包裹位置是由胸椎至下腰。高醫生解釋：「大部分腰椎骨折受壓最多是弧度轉變的位置，即胸椎及腰椎的交界位——胸椎第十二節及腰椎第一節是常見有壓縮性骨折位置，故腰封要包裹胸至腰椎，在完全保護下才可以卸去壓力，所以是一整件的腰封，長者會稱其為『龜殼』。大多不太喜歡穿，因為非常不舒服。」

如有骨折 容易再折

一般如年紀較輕，壓縮性骨折情況不太嚴重的，約穿六星期腰封骨折便能癒合。如骨質疏鬆情況嚴重的，可能要三個月以上，甚至更長時間，直至骨折完全癒合為止。

高醫生說，壓縮性骨折在長者中頗為常見。以其中一家公立醫院為例，每年就約有二百名長者因此而入院治療，而患者骨折前未必有撞擊。他說：「壓縮性骨折發展緩慢，無聲無息地發生，患者可以完全沒有跌倒或撞到，可能只是偶然被拉扯或扭動，之後慢慢痛，病徵慢慢演變出來；另一類則是有明顯撞擊，或坐下時力量過大而產生骨

為了能及早監察骨質變化，建議女士們在停經後進行骨質密度檢查，如有早期鬆疏，可及早進行補救。



► 這支槍可以將兩種物料混合，然後壓入骨折處進行填充及修補。



折。」

曾經出現過壓縮性骨折的長者要特別提防，因再次出現骨折機會大大提高。「如本身已有一次骨折，下年再有骨折機會是百分之十。如曾經出現兩次骨折，下年就有百分之二十機會有骨折。」

過往出現這類骨折後，除非部分有碎骨壓住神經要做手術取走碎骨外，醫生較少會為長者進行大型修補手術。大部分患者都是骨折產生痛楚未癒合，然後慢慢駝背，今年一條骨骨折，下年又多一條骨骨折。但近年卻有新的治療方法，稱為椎骨成形術，利用骨髓泥為骨折長者固定椎骨。

骨髓泥修補裂痕

「骨髓泥是骨科手術常用的固定物料，進行手術時會加入銀。當骨髓泥進入骨骼後便能在X光中顯現，我們能清楚了解它的走向，避免骨髓泥走錯位置，擠壓神經線。

用骨髓泥修補及固定受損的椎體，具止痛及矯型功效，能將壓縮了的椎骨矯正回正常位置。而且可以局部麻醉方式進行手術，

高醫生說，上述治療解決了骨折問題，但病人的骨質疏鬆及佝僂的體態就要透過其他治療改善，前者靠服用藥物及補充劑，後者則靠物理治療及運動。

及早預防 避免骨折

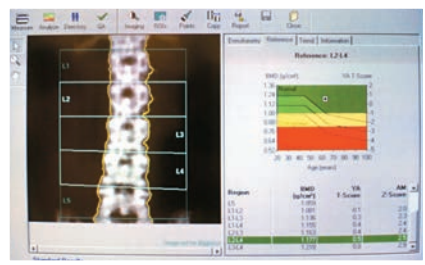
年，安全度高。

減低病人風險。」

及早進行物理治療及運動改善姿勢，減少因骨質疏鬆導致骨折情況。



雙能量X光骨質密度(DEXA)檢查，可以檢查不同位置骨質密度，圖中顯示腰椎關節密度。



● 物料刺激骨質生長 ●

近年修補手術再改善，加入可以刺激骨質生長的物料。高醫生說，骨髓泥沒有產生骨質的能力。但現在有多種物料令骨質增生，其中一種是聚甲基丙烯酸甲酯(Polymethyl methacrylate，簡稱PMMA，俗稱有機玻璃，是合成透明物料)，可以黏附在骨骼上刺激骨質生長。另外亦有用上鋇(Strontium)、羟基磷灰石(Hydroxylapatite)及樹脂(Resin)。

如骨質疏鬆情況嚴重的，手術後病人站立時可能仍要腰封支撐，坐就毋須。手術後病人留院觀察一晚，翌日就可出院。研究確認上述手術在六個月內的止痛效果達七至九成，長遠至四年都能保持良好止痛效果。



▲ 微細的骨折X在光中難發現，故有需要時醫生會安排病人照磁力共振。

最近李婆婆婆婆妹履診，她告知高醫生，姐姐一直生活良好，沒有再出現骨折。現時婆婆已逾一百歲了！

高醫生提醒長者及其家人，老人家容易因病入院而令生活質素急促轉差，故要及時治療以盡快回復正常生活。如有骨質疏鬆問題，更要特別注意，及早服用鈣片、改善姿勢，防止駝背。

李婆婆於多年前出現壓縮性骨折，出出入入醫院治療經年，高醫生診治時發覺她椎骨已出現大裂痕，裏面的骨質已流失，磁力共振圖片中見椎體內全是液體，即沒有任何骨增生或癒合情況，而且骨裂痕由椎骨前面蔓延至後面。婆婆亦開始腳無力，幸好磁力共振掃描顯示神經未有被擠壓。高醫生安排以骨髓泥修補椎骨，以局部麻醉方法進行。術後李婆婆腰痛得到解決，康復情況亦良好，近年回內地居住。

高醫生指出脊椎弧度最大的位置，就是受力最多的位置，亦最容易產生壓縮性骨折。

