

健康宝典

老人腰痛伴下肢麻木 警惕退变性脊柱侧弯

老年人腰痛的原因有多种，其中，退变性脊柱侧弯是腰部问题的一种，严重影响老年人的生活质量。那么，退变性脊柱侧弯有哪些症状？如何治疗？12月28日，记者采访了阳光融和医院脊柱外科副主任医师高孟亮。

□本报记者 常方方

1 什么是退变性脊柱侧弯

65岁的市民孙女士因腰痛伴双下肢酸胀麻木两年，前往阳光融和医院治疗。经过一番检查后发现，孙女士腰椎屈伸活动受限，腰骶部广泛压痛，双下肢自膝关节以下浅感觉减退。腰椎正侧位X线片显示为腰椎退变性侧弯。经过腰椎后路减压截骨矫形植骨融合内固定术治疗3天后，孙女士佩戴支具能下地活动，后来经过一段时间的休养，现已恢复正常生活。

高孟亮表示，退变性脊柱侧弯是指成人在骨骼发育成熟后，由于脊柱退行性改变而引起的侧凸畸形。其特点为随着年龄的增长而逐渐出现脊柱节段失稳、进行性畸形和疼痛。

随着年龄增加，老年人的椎间盘逐渐发生退变，椎间隙变窄，并导致两侧椎间小关节负重不对称，椎体向一侧发生倾斜，脊柱失去生理平衡，机体在代偿保护性机制下，腰椎关节逐渐出现增生和重塑，最终导致脊柱畸形。中老年人尤其是绝经后的女性骨质疏松患者，容易引发非对称性压缩骨折，进而加重侧凸畸形。

脊柱韧带、椎旁和躯干肌肉组织随着年龄增加，或因椎间盘、椎间关节及椎体退变，逐渐出现松弛，肌肉力量及质量进行性丢失，并出现不对称性重塑，导致脊柱侧凸畸形。

2 退变性脊柱侧弯有哪些表现

退变性脊柱侧弯的表现主要有以下方面：

腰痛是退变性脊柱侧弯患者最常见的临床表现，其原因多为脊柱退变、椎间盘突出、椎管狭窄、腰椎滑脱以及脊柱不稳定导致的大范围腰背痛。

神经根性症状及间歇性跛行。腰椎神经受压可出现下肢放射性疼痛，腰椎椎管狭窄会出现间歇性跛行症状，即长时间行走或站立后下肢出现酸胀、乏力、麻木、疼痛等，弯腰或坐下休息后可缓解。

功能障碍。由于脊柱畸形失平衡，患者行走距离及站立时间受限，伴腰腿痛、乏力，需要借

助拐杖、助行器或者屈膝才能维持直立姿势。

此外，慢性疼痛与功能障碍会给患者带来沉重的精神负担，约有27%-38%的脊柱畸形患者至少伴有一项精神健康问题，如抑郁、睡眠障碍、焦虑等。

3 退变性脊柱侧弯如何治疗

脊柱退变性侧凸的影像学表现对治疗方案及手术方式的选择、手术疗效评估等方面至关重要，包括站立位脊柱全长正侧位片、卧位脊柱全长左右侧屈位片，还需要做MRI、CT检查评估椎间盘退变、神经根受压及椎管狭窄的情况。对于老年人来说，进行骨密度评估也十分必要。

对于疼痛及间歇性跛行症状较轻、脊柱侧弯不重相对稳定的患者，可先给予以下三种保守治疗：

物理治疗。卧床休息，进行理疗热敷，使用固定支具，适当进行腰背肌功能锻炼。

药物治疗。如布洛芬、洛索洛芬钠等非甾体消炎镇痛药，乙哌立松等肌肉松弛药，甘露醇等脱水药，地舒单抗、唑来膦酸等抗骨质疏松药。

神经阻滞治疗。注射消炎镇痛药至硬膜外、关节突及病变神经根处，起到镇痛作用。

此外，也可根据情况进行手术治疗：

手术指征。主要取决于患者症状，对于腰背痛及下肢疼痛、麻木、间歇性跛行进行性加重，脊柱侧凸进行性加重明显不稳定者，可以考虑手术治疗，手术目的以解除神经压迫、重建脊柱稳定为主。

手术方式。根据患者退变性脊柱侧弯的类型和严重程度，选择合适的手术方式，如对椎管或神经根管进行单纯减压、减压加短节段融合内固定、减压加长节段融合内固定。



但并非『万能药』 板蓝根能治风热感冒

冬季是呼吸道疾病高发的季节。板蓝根因其抗病毒、治感冒作用成为家庭常备药物，甚至被一些老年人当作“万能药”。那么，板蓝根对哪些症状有效？有什么禁忌症？对此，潍坊市第二人民医院（潍坊呼吸病医院）药学部副主任李芳萍为您解答。

□本报记者 常方方

确定感冒类型再用药

李芳萍表示，板蓝根性寒，具有清热解毒、凉血利咽的作用。现代药理研究显示，板蓝根含有生物碱、有机酸、蒽醌、黄酮等化合物，具有抗菌、抗内毒素、抗病毒、抗肿瘤等作用，主治肺胃热盛，也就是风热感冒，主要表现为鼻塞、流黄鼻涕、发热、咽喉肿痛、咳嗽、咳黄黏痰等。板蓝根对于风寒感冒，像恶寒重、无汗、头痛、身痛、鼻塞、流清鼻涕、咳嗽、咳稀白痰等症状无效，甚至会加重病情。所以，在不确定是风热感冒还是风寒感冒前，不可随意用药。

不可自行加量服用板蓝根

有些老年人认为增加板蓝根的用量，可以让感冒更快好转。其实不然，不管什么药物都有一定的治疗量，如果随意加量，一方面会导致治疗效果不佳，另一方面药物毒性会显著升高，甚至出现严重不良反应。家庭常备的板蓝根一般是颗粒剂，为改善口

感，其中添加了蔗糖，加量服用会导致血糖升高，特别是糖尿病患者，如果过量服用板蓝根会引发酮症酸中毒。因此，一定要遵医嘱、按剂量用药。

此外，肝肾功能不全患者因肝脏解毒功能、肾脏排泄功能受损，长期大量服用板蓝根可能导致蓄积中毒，出现消化系统和造血系统损伤。

不可作为预防药物长期服用

板蓝根预防感冒的作用有限，在出现风热感冒症状时应按治疗剂量短期服用，长期服用会出现消化不良、腹泻等症状，所以不可作为预防药物长期服用。

此外，老年人随着年龄的增长，机体生理功能衰退，阴阳气血减弱，津液代谢减慢，往往存在脾胃虚弱、气力不足的情况，多数还合并有高血压、冠心病、糖尿病等慢性疾病。长期或过量服用板蓝根引起的消化不良、大便溏薄、手脚发凉、血糖升高等症状会更加明显。若服用板蓝根后出现不适症状，应及时就医，避免延误治疗，发生严重不良反应。

