

## 腰椎椎間盤突出的治療選擇

### 前言

腰椎椎間盤突出是一種常見的脊椎問題，影響了很多人的生活質量。在治療方案的選擇上，醫生和病人之間需要進行共享決策，以確定最適合病人的治療方法。

本表單將幫助您瞭解有哪些治療選擇，請跟著我們的步驟，一步步探索自己的需求及在意的事情，希望能幫助您思考適合自己的選擇。

### 適用對象/適用狀況

腰椎椎間盤突出者。

### 疾病或健康議題簡介

腰椎椎間盤突然出現您的健康狀況可能是由於個體差異而異，但通常情況下，以下症狀可能會出現：

#### 一、腰部不適

腰椎間盤突出的病人可能會感覺到不同程度的腰痛，可以是鈍痛、刺痛或放射痛等，有時疼痛會擴散到臀部、大腿、小腿等部位。

#### 二、神經根受壓症狀

腰椎椎間盤突出的病人可能會出現神經根受壓的症狀，如下肢麻木、刺痛、無力、癱瘓等。

#### 三、脊髓受壓症狀

如果腰椎間盤突出壓迫了脊髓，病人可能會出現腰部以下的肌力下降、行走困難、大小便障礙等症狀。

#### 四、活動受限

腰椎間盤突出的你可能會感覺到腰部僵硬、活動受限，不能彎曲或扭轉腰部。

#### 五、其他症狀

還有可能出現腰部肌肉勞損、腰部肌肉萎縮、睡眠障礙等症狀。

### 醫療選項簡介

腰椎椎間盤突出治療方法包括藥物治療、復健治療、侵入性治療及腰椎手術治療。

#### 一、藥物治療

藥物包括非類固醇抗發炎藥物、神經元調節藥物、肌肉鬆弛劑及可待因類藥物，可緩解疼痛和減輕發炎症狀。

#### 二、復健治療

復健治療包括牽引治療、柔軟性和力量訓練、腰帶和支撐物、康復體操和瑜伽及生活方式調整。

#### 三、侵入性治療

侵入性治療包括神經疼痛阻斷術及增生治療：

##### (一) 神經疼痛阻斷術

神經疼痛阻斷術是一種通過切斷神經傳輸疼痛信號來緩解疼痛的治療方法，可以通過以下幾種方式進行：

1. 背神經根阻滯：將藥物注射到腰椎的神經根部位，阻止神經傳輸疼痛信號。
2. 硬膜外阻滯：將藥物注射到脊椎骨骼下的硬膜外腔內，阻止神經傳輸疼痛信號。

**(二) 高濃度葡萄糖增生注射**

將高濃度的葡萄糖溶液注射到椎間盤內部，通過滲透壓作用促進椎間盤的代謝和再生，從而緩解腰痛和坐骨神經痛的症狀。

**(三) 高濃度血小板血漿增生治療**

利用病人自身的血小板血漿，經過特殊處理後注射到椎間盤內，以促進椎間盤的再生和修復。

**四、腰椎手術治療**

腰椎椎間盤突出的手術治療通常被用於病人出現持續、劇烈的疼痛或神經功能障礙，如持續的坐骨神經痛或肌力減弱等。手術治療方法：

**(一) 微創椎間盤切除術**

這是一種通過小切口或鏡子進入椎間盤切除椎間盤突出部分的手術。術後恢復快，風險較小。

**(二) 椎間盤置換術**

這是一種將椎間盤突出的部分移除並用人工椎間盤代替受損椎間盤的手術。這種手術的優點是可以保持腰椎的正常運動和穩定性，缺點是手術困難度高，併發症多。

**(三) 椎間融合術**

這是一種將椎間盤突出部分切除後，用骨塊或植入物連接兩個相鄰的椎體，以實現椎體融合和增強脊柱的穩定性。

您目前比較想要選擇的方式是：

- 藥物治療
- 復健治療
- 侵入性治療
- 腰椎手術治療
- 目前還不清楚

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

**步驟一、選項的比較**

選項 \ 考量	藥物治療	復健治療	侵入性治療	腰椎手術治療
要做的事	在用藥物過程中，應遵醫囑用	在進行復健治療時，應根據醫生	在進行治療前，應該向醫生諮	需全身麻醉下進行。

	藥，不要隨意更改用藥劑量或時間。	的建議進行，不要盲目進行過度活動或重覆受傷的動作，以免造成更嚴重的傷害。	詢，醫生會根據病人的具體情況和病情，評估治療的風險和益處，並選擇最適合的治療方式	
優點	幫助緩解疼痛和減少炎症。	舒緩肌肉痙攣情況，減輕椎間盤壓力。	可緩和疼痛	可以徹底解決椎間盤突出的問題減少疼痛及症狀
缺點	1.藥物只能緩解症狀，無法治癒疾病。 2.藥物治療可能會引起副作用，如胃部不適、頭暈、噁心等。某些藥物可能會導致依賴性或上癮。	1.需較長時間治療，才能有明顯效果。 2.如效果不佳需考慮其他治療方式。	1.治療過程中可能會有一定的風險，如穿刺椎間盤會引起感染等。 2.此外，該治療方法的療效和持續時間也有一定的差異。	手術治療的風險包括手術失敗、出血、感染、神經損傷等。
費用	健保給付為主	健保給付為主	會有自費品項約數萬元上下	依照病人嚴重度及術式選擇會有自費金額負擔(參考主治醫師說明)

**步驟二、您對於醫療方式的考量**

請用圈選方式表達您對問題的在意程度：0分代表對您完全不在意，5分代表對您非常在意。

考量項目	完全不在意  非常在意						備註：如果您非常在意這件事，建議您可以考慮選擇的方案
	0	1	2	3	4	5	
較有效緩解腰痛和神經症狀	0	1	2	3	4	5	腰椎手術治療
需長期吃藥怕有副作用	0	1	2	3	4	5	復健治療 或侵入性治療

							或腰椎手術
害怕手術	0	1	2	3	4	5	藥物或復健
擔心費用問題	0	1	2	3	4	5	藥物或復健
需花時間復健	0	1	2	3	4	5	侵入性治療 藥物或腰椎手術

**步驟三、對於上面提供的資訊，您是否已經了解呢？**

- 1. 腰椎手術治療可得到較好的疼痛改善 對 不對 不確定
- 2. 復健治療需花較長時間 對 不對 不確定
- 3. 長期使用止痛藥較容易副作用 對 不對 不確定
- 4. 腰椎手術需承擔手術及麻醉風險 對 不對 不確定
- 5. 侵入性治療可維持數個月，因人而異 對 不對 不確定

**步驟四、您現在確認好醫療方式了嗎？**

- 我已經確認好想要的治療方式，我決定選擇：（下列擇一）
  - 藥物治療
  - 復健治療
  - 侵入性治療
  - 腰椎手術治療
  - 目前還不清楚
- 我目前還無法決定
  - 我想要再與我的主治醫師討論我的決定。
  - 我想要再與其他人（包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者...）討論我的決定。
  - 對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，我的問題有：
 

---



---
- 不進行任何治療，原因：
 

---



---

**參考文獻：**

1. Surgical Versus Nonoperative Treatment for Lumbar Disc Herniation: Eight-Year Results for the Spine Patient Outcomes Research Trial (SPORT)," by Patrick J. T. O'Toole, Anna N. A. Tosteson, et al. in Spine (Phila Pa 1976). 2018 Apr 1;43(7):427-434.

2. Efficacy of physical therapy for the treatment of lumbar disc herniation: A systematic review and meta-analysis," by Won-Seok Kim, Joon-Shik Shin, et al. in Pain Physician. 2019 Mar;22(2):115-130.

3.Comparison of the Effects of Spinal Manipulation and Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation in Patients with Lumbar Disc Herniation: A Randomized Controlled Trial," by Aysun Yildirim, Tugba Aydin, et al. in J Manipulative Physiol Ther. 2020 Nov-Dec;43(9):917-925.

4.Clinical Effectiveness and Cost-Effectiveness of Surgical Options for the Management of Lumbar Disc Herniation: A Systematic Review and Network Meta-Analysis," by Huilin Yang, Yue Cui, et al. in Global Spine J. 2020 Sep;10(6):735-747.

出版日期/更新日期：2023年3月17日

完成以上評估後，您可以列印及攜帶此份結果與您的主治醫師討論。