

## 腰痠背痛與坐骨神經痛

都市人生活忙碌，久坐在電腦桌前工作後，發覺腰痠背痛，可能以為自己患上坐骨神經痛。其實，坐骨神經痛的致病原因、病徵等，都與一般的肌肉疲勞、疼痛有所差別，不應擅自將兩者劃上等號。

坐骨神經是由腰椎及薦椎神經連結而成，沿下肢往下延伸至腳底，是人體內最粗的神經。若坐骨神經受壓及發炎，神經所經過的部位，包括臀部、腰部、小腿、腳板及腳趾等，也可出現刺痛及麻痺無力等症狀，統稱為坐骨神經痛。

較年輕患者，通常是因椎間盤突出，脊椎骨之間的軟狀物移位，令坐骨神經受壓而致病；至於中老年患者則除椎間盤突出外，還可能因骨刺壓到神經而引發痛症。

醫生可透過臨床觀察、磁力共振、X光或影像掃描輔助作正確診斷。治療方面，骨科醫生可以藥物或物理治療等非創傷形式改善病情；如坐骨神經長期受壓，嚴重下可令腿部肌肉萎縮，影響活動功能，此時便可能要透過椎間盆軟骨切除術或椎間盤減壓作治療。



■ 香港港安醫院骨科專科  
醫生吳洪光