



# 西医看脊椎病

**脊**椎有两大功能，其一是结构性功能，即支撑着身体，使我们可以站立或坐立；当脊椎歪斜时，就会形成弯腰驼背的情形。第二是神经性功能。神经系统，是身体的总控制中心，主宰人体各器官与组织的功能。

神经系统的功能与平衡，对健康的影响是一个最重要但却最常被忽略的一环环节。

## 病因诊断

基本上，引起脊椎痛的原因包括退化，肌肉拉伤，神经受到压迫，脊椎疾病（例如肿瘤），意外伤害（包括车祸，工作受伤等），长期坐姿或站姿不良、搬重物、运动伤害、妇女怀孕前后的相关痛症、心理压力或由器官引起的反射疼痛等等。

脊椎排列不整齐或活动不良会干扰到神经系统的功能，称之为脊椎错位（Chiropractic Subluxation）。

脊椎神经科医师可以从患者的病史，透过骨科、脊椎骨、神经系统的检测来诊断病因，必要时可进一步安排X光，核磁共振（M.R.I.），验血来评估有无脊椎不当弯曲、关节错位、椎间盘突出、骨折或关节退化（即长骨刺）等现象。

## 治疗方式

在治疗上，除了因为骨折或严重的椎间盘突出压迫神经，需要接受外科手术处理之外；一般都可以采取脊椎神经医学疗法。脊椎神经科，主张不开刀不吃药，强调良好的脊椎排列法治疗。

脊椎神经科医师主要为病人寻找痛症的根源，然后透过独有的脊椎矫正

法，帮助脊骨、中枢神经系统及自然康复。

脊椎神经科医师最常用的治疗方式，是徒手矫正法。在使用徒手矫正术时。一般上，是以双手来调整不平衡的脊椎、骨关节、神经及肌腱系统，恢复关节的活动能力。当相关的组织回复正常功能后，便能减轻肌肉的绷紧程度，并降低神经系统的干扰，消除或减轻患者的症状。

脊椎神经科可改善的健康问题：

- 腰背和坐骨神经痛：严重的椎间盘突出或骨关节移位，可能造成神经根压迫，此时患者通常会抱怨整个后腿酸麻，又称坐骨神经痛。
- 颈及手痛：颈痛的原因，有时可能是颈部受伤，如用不当的枕头，睡姿不良，坐姿或站姿不正确，或在工作中心固定一个动作反复操作等。
- 头痛、偏头痛（Migraine）：头痛患者中有大部分是属于颈源性头痛（Cervicogenic），即颈椎关节位移动造成神经根压迫及头颈部肌肉和血管不当收缩所造成的。

良好的健康，有赖于正确的姿势，而正确的姿势来自于排列良好的脊椎。几个保护脊椎的方式如下：

保持适当体重，使脊椎不必承受更多的负担；定期运动能使人变得柔软，还能强化肌肉来维持良好的姿势；均衡的饮食，神经及骨骼系统需要适当的营养来维持其正常的功能；注意因碰撞跌倒所受的伤，尤其是小孩，以免长大后脊椎生长异常；适当的寝具可以帮助支撑脊椎；注意工作环境中桌子及椅子的高度是否适当；定期接受脊椎神经科医师的脊椎检查及治疗。

脊椎像是一条神经的高速公路，不断传递来自大脑中枢神经的讯号到达身体各部位来协调各器官、肌肉及关节的正常运作。



## 西医档案

张宏纪医生 Dr. Joseph Chang Hung Jih, MChiropractic, B.Sc (RehabMed) (驻守United Square #01-73)。张医生毕业于澳大利亚马觉里

大学，并荣获脊椎神经学硕士学位、台湾中山医学大学并荣获复健医学及物理治疗

学士学位。研究领域包括脊椎神经内科学（Chiropractic Neurology）：专注于诊断及改善脊椎及神经系统功能的科学，而脊椎及脑部反射功能不平衡被认为和长期姿势不良：肩颈酸痛，晕眩，平衡问题，偏头痛，耳鸣，动作失调和其它健康问题有关联。

免费脊椎与姿势检查，请电话63552355与Joseph/Sharon预约