

脖子疼, 令人讨厌之痛! 对治颈关节炎

Han Jo Kim, MD 著
HSS 矫形脊柱外科医生

颈部 (颈椎) 的一些情况会导致疼痛和其他症状, 并限制您的活动能力。创新技术可用来恢复功能、缓解症状并提高您的生活质量。



是什么导致您颈部疼痛?

您颈部的椎骨是由缓冲盘和小关节分开。当关节炎在这些空间中进展时, 可能导致椎间盘突出或骨刺从而压迫神经根或脊髓, 并可能导致:

- **颈脊髓病:** 颈部脊髓受压
- **颈神经根病变:** 颈部的一根神经被夹在从脊髓分支出来的区域中
- **颈椎病:** 骨与骨接触面的关节炎和小关节软骨的破坏

您可能会有什么感觉

这些问题可能导致:

- 沿着手臂放射的颈部疼痛
- 麻木或刺痛
- 手臂和手部肌肉无力
- 平衡以及用手和手指抓取物体出现问题
- 移动或旋转颈部时疼痛
- 在严重的情况下肠道和膀胱功能出现问题

非手术缓解方法

非手术治疗 (比如物理疗法、类固醇注射、牵引、按摩疗法和姿势矫正) 可能有助于治疗颈部疼痛。如果这些治疗还不够, 有多种手术方法可以缓解您的症状。

手术可以如何帮助您感觉好起来

颈部手术一般有两种类型: 融合受影响的椎骨技术, 以及释放脊髓或神经压迫的非融合技术。颈部手术可以从脖子的前面或后面进行。

- **融合手术:** 外科医生可能会移除导致压迫的骨刺或椎间盘突出, 并使用骨水泥和螺钉或杆融合椎骨。一些患有颈关节炎的人可能会让椎骨融合, 以减少造成他们症状的骨与骨之间的摩擦。
- **非融合手术:**
 - 间盘置换
 - 椎间孔切开术 (在椎骨中创造出更多空间让神经根通过)
 - 椎板切除术 (通过去除骨头来缓解脊髓和神经的压力)
 - 椎板成形术 (为脊髓消除压力)

在选择针对您颈部疼痛的最有效治疗方法时, 您的外科医生将考虑您的症状、颈部骨骼的排列以及受压区域。