



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

即时发布

养和发布香港市民脊椎健康调查结果 近九成受访者受脊椎问题困扰影响日常生活

(2024年10月28日, 香港) 养和医疗集团(养和)于今年8至9月期间进行了一项有关脊椎健康的问卷调查, 共收集了813名受访者的意见, 以了解市民脊椎健康状况及对脊椎问题的管理方式。调查以网上问卷形式进行, 亦有部份问卷经由非牟利长者服务团体及养和辖下的专科门诊向公众收集。调查结果显示, 接近九成(87%)的受访者在过去一年曾受脊椎痛症困扰; 近一半(48%)受访者表示脊椎问题对其睡眠作息产生影响; 超过三成(37%)曾因痛楚或身体功能受制而产生负面情绪, 引致焦虑、抑郁、烦躁等心理状态; 亦有超过三成(36%)曾因脊椎问题而影响工作。

有脊椎不适的受访者表示, 其症状包括肌肉绷紧、筋骨酸痛、痛楚蔓延至身体其他部位、甚至出现肢体麻痹或活动能力受限等情况, 其中以背痛(58%)及颈痛(54%)最为常见, 坐骨神经痛则占三成(30%)。接近三成(28%)受访者表示同时患有两种或以上的脊椎问题, 而分别有20%和22%的受访者表示其背痛或颈痛症状已持续超过三个月, 显示部分市民的脊椎痛症已可列为长期或慢性疾病。

至于引发脊椎问题的成因, 有受访者认为自己可能是因为脊椎退化(40%), 因而出现长骨刺、椎间盘退化或突出、椎管狭窄等问题; 另有部分受访者表示自己脊椎变形(24%), 如驼背、侧弯等; 亦有部分受访者认为自己出现骨质疏松的情况(21%)。

有中国内地的研究¹显示, 1990年至2019年间, 中国腰背痛新增病例增加了20.85%。根据2019年的统计数据, 中国有高达9,130万名腰背痛患者。是项研究的结论是: 腰背痛仍是造成中国人群伤残负担的主要原因, 须对高危群组采取针对性措施以降低腰背痛的疾病负担。

而《柳叶刀》期刊最近(2024年5月)亦出版了一项有关全球疾病负担的研究报告², 探讨371种健康问题对不同国家及地区的影响, 透过财务成本、死亡率、发病率、或其他指标, 如: 残疾/疾病而存活的年数作衡量, 借此比较不同国家、地区之间的疾病负担差异。报告指出腰背痛是最常见引致残障的原因, 腰背痛的发病率和残障生活的年数(years lived with disability, YLDs)随着年龄增长而递增, 尤其是在85-89岁的年龄层中, 给人口老化的国家带来巨大的挑战。

养和矫形及创伤外科部(骨科)主管胡永祥医生表示: “按人口的平均预期寿命而言, 香港在过去十年可说是冠绝全球, 成为最长寿的人群。然而随着人均寿命延长, 长者在离世前过着残障生活的比例亦相应增加, 在晚年的生活质量并不理想。这正正是中华疾病控制杂志及《柳叶刀》期刊所指出的疾病负担, 包括对病人本身、照顾者及整体社会构成的影响。”

¹ 《1990-2019年中国人群腰背痛及其危险因素疾病负担变化趋势》, 中华疾病控制杂志, 2023年。

² [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(24\)00757-8/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(24)00757-8/fulltext) (www.thelancet.com Vol 403 May 18, 2024)

養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

他又说：“脊椎退化是长者常见的健康问题之一，这类退化会引发多种并发症，例如腰背疼痛，负重时疼痛加剧或活动受限，严重者连翻身、起坐或行走都有困难。此外，有患者认为其脊椎问题可能与骨质疏松的情况有关，其实骨质疏松是需经测量骨质密度，才能断定。不过，严重的骨质疏松，的确会引发脊柱变形、身高缩短、驼背；压缩性骨折更会导致胸廓畸形、腹部受压，影响心肺功能；脆弱性骨折更是与骨质疏松息息相关，发生脆弱性骨折的常见部位为手腕、腰椎、髌部等。脊椎问题是影响市民健康和日常生活质量的主要挑战之一，市民若出现脊椎或骨骼问题，应该及早治理，以免引起其他并发症或失去日常活动的能力。”

是次调查结果亦显示，背痛和颈痛的发病率很高，尤以在职人士为甚。然而，在 64 岁或以上的受访者中，坐骨神经痛的发病率则显著增加。**养和骨科名誉顾问医生黄一华医生**对此分析道：“长时间坐着不动的在职人士，如白领一族，背痛和颈痛的发生机率较高；可见久坐或缺乏运动的生活方式与脊椎问题密切相关，故建议大家可考虑改变自己的生活方式，例如：进行适量的运动锻炼，以改善脊柱健康。”

当面对脊椎痛症时，最多受访者（63%）表示会选择通过休息或放松缓解痛楚；半数（50%）会使用膏贴或涂抹纾缓药物；再其次为进行按摩或推拿（42 %）、服用止痛药（38%）等。根据调查，32%的受访者会选择寻求西医治疗。

养和骨科名誉顾问医生陆颺骥医生指出：“许多受访者在未进行正式医疗咨询的情况下，自行处理脊椎问题，这可能延误了正确诊断与治疗，尤其是对于一些隐性的脊柱畸形或慢性病变，延迟治疗会导致病情恶化。例如，一些成人的脊柱畸形问题可以追溯到其儿童或青少年时期的脊柱侧弯，若未能及时发现并处理，成年后可能导致更严重的脊柱结构性问题。因此，家长应特别留意孩子在青春期的脊柱快速增长发育时，若有异常，应尽早寻求专业医生的检查和评估。”

而针对老年患者，**养和骨科名誉顾问医生高天佑医生**指出：“脊椎退化是脊椎疾病最常见的原因之一。老年患者通常伴有多种长期病症（如心脏病、高血压、糖尿病等），这使得治疗方案的选择更需谨慎。微创手术对患者的创伤较小，能有效降低手术风险，我们需要根据患者的具体病情，协同其他专科医生，例如心脏科、神经科的医生等，为患者制定最合适的治疗方案。”

养和物理医学及康复科部主任周志平医生补充强调：“微创手术的康复周期较短，能减少对患者日常生活的干扰。同时，术后的专业康复训练也至关重要，这将帮助患者更快恢复活动能力，减少术后并发症，并显著提升生活质量。”

此外，**黄一华医生**还指出，除了退化外，脊椎肿瘤、脊髓或神经受损等病变也不罕见。“以脊椎转移肿瘤为例，骨科医生需要与肿瘤科医生合作，提供最适切的缓和治疗。有些病例可能可以采用肿瘤分离手术，使放射治疗更加有效。对于某些病例，肿瘤整块切除可降低恶性肿瘤在局部区域复发的机率，对预后治疗是有所裨益。”

養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

鉴于脊椎疾病的高发生率及其对市民生活质量的影响，养和医疗集团首席医疗总监、养和医院副院长陈焕堂医生表示养和将会设立脊椎中心，他认为脊椎问题除了涉及骨科专家之外，亦可能需要脑神经外科医生及痛症专科医生的协助，方可提供全方位的脊椎问题解决方案；而患者在康复的过程，亦需要复康科及物理治疗的支援。因此，跨专科会诊对病人提供个人化治疗是相当重要的。陈医生透露未来养和脊椎中心将与香港大学医学院临床医学学院矫形及创伤外科学系的教授有更多合作，包括：参与诊症及进行医学研究，探讨复杂的脊椎疾病及最新的治疗技术，以提升治疗效果，帮助患者早日恢复健康。

—完—

如有查询，请联络：

养和医疗集团传讯部

郑靄玲

电话：2917 5828

骆雨

电话：2917 5820

电邮：media@cad.hksh.com

关于养和医疗集团

养和医疗集团于 2017 年 9 月 28 日正式启动，旗下成员分别有养和医院、养和医健、养和东区医疗中心及养和癌症中心。养和医疗集团以全方位策略，透过优质临床医疗服务、医学教育和科研，以及公众健康教育，推动公共卫生及医学发展，致力为病人提供全人关顾的优质医疗及护理服务。

养和医院是养和医疗集团之重要成员，成立于 1922 年，为香港主要私营医院之一，以“优质服务·卓越护理”为宗旨，致力服务大众，并积极推动医学教育和研究。

关于养和医疗集团，请浏览 www.hksh.com.

養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com



附录：案例分享

患者一：肾病及颈椎疾病患者

背景介绍	68岁女性肾衰竭患者，患有多发性肌痛风湿症 2003年进行肾脏移植，后于2012年失效,需持续进行血液透析治疗 - 病史包括：左心房黏液瘤，缺血性心脏病，糖尿病，高血压，高尿酸血症等 - 病前能够独立完成日常生活活动，可独自步行，无需协助，同时照顾丈夫		
病情描述	- 今年6月中旬，患者的多发性肌痛风湿症（PMR）因呼吸道合胞病毒（RSV）感染后复发，肩膀、背部及髋部出现剧烈疼痛 - 除了疼痛加重外，患者还出现四肢麻痹及无力的症状 - 求诊前一周，病情快速恶化。求诊前两天，患者已无法行走 - 双手极度无力，无法自行站立或自行转身到椅子上坐着 - 疑似是由神经系统问题导致全身无力及感觉障碍	检查和初步判断	- 检查：进行神经学检查 - 急性四肢无力，伴有上运动神经元病变征象 - 没有脑神经功能障碍的情况
诊断结果1	颈椎脊髓病变	治疗方案1	- 急症治疗：于次日紧急安排手术 - 术前评估：心脏科医生进行手术前心脏功能评估；肾脏科医生进行手术前血液透析 - 施行手术：颈椎椎管扩阔手术
康复过程出现其他情况	患者左大腿步行时持续性疼痛	治疗方案2	手术治疗： - 于左侧 L3/L4 和 L4/L5 施行硬膜外阻滞术(block)，以缓解大腿疼痛 微创手术治疗： - 于L3 至 L5施行微创脊椎融合术及减压术
诊断结果2	- L3/L4 椎间孔狭窄及滑脱 - L4/L5 椎间盘退行性病变		
案例重点信息	- 复杂案例需不同专科医生协同合作 - 依据患者症状，分类急症或非急症，并相应作出诊疗决定 - 微创手术能帮助降低手术风险，并有助于提升术后康复效果		



患者二：腎癌及脊椎轉移腫瘤

背景介绍	中年男性患者，之前身体健康，无其他重大疾病
病情描述及过往求诊经历	初次症状及求诊经历： - 某日早晨起床时出现剧烈背痛，需由救护车送往医院 - 经 X 光检查未见异常，医生为他注射止痛针后回家 病情进展及再次求诊经历： - 回家后疼痛持续，并出现右脚触地时全身抽搐和剧痛的症状，每次持续一段时间 - 患者前往其熟悉的骨科专科诊所，接受电脑断层扫描，发现 C2 颈椎骨受到癌细胞侵蚀，存在突然断裂风险 - 已无法独立行走
治疗方案	施行手术：枕颈固定及融合治疗 C2 病理性骨折
治疗效果	手术后患者恢复良好，可以活动及走路，惟颈部不能转动
病理诊断	- 手术中取出组织进行活检 - 确认肾癌引致脊椎转移肿瘤
后续治疗	- 完成处理颈椎的病情后，须接受肿瘤科放射治疗 - 放射治疗后患者出现疲倦及暂时性味觉丧失，持续约一个月 - 目前，不适症状已基本消除 - 患者继续在肿瘤科接受肾癌治疗
案例重点信息	- 脊椎是癌症转移的常见部位 - 跨专科团队合作：骨科医生在治疗过程中扮演关键角色，需要与肿瘤科和放射科等专家紧密合作



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

图片说明：



- 后排左起：養和物理医学及复康科部主任周志平医生，香港大学临床医学学院矫形及创伤外科学系脊柱外科主任及临床副教授关日康医生，养和骨科名誉顾问医生高天佑医生，养和医疗集团首席医疗总监暨养和医院副院长陈焕堂医生，养和矫形及创伤外科部（骨科）主管胡永祥医生，养和骨科名誉顾问医生陆颺骥医生，养和医院副院长翁维雄医生，养和骨科名誉顾问医生黄一华医生
- 前排正中：现场分享患者 阮太太

養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP



- 患者阮太太现场分享她在多种长期病患夹击下，再先后诊断出现颈椎脊髓病变及腰椎狭窄的病情，并需要紧急进行颈椎椎管扩阔手术及微创脊椎融合术及减压术的经过和心路历程

養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com