

長骨刺 一定要開刀治療嗎？

文／骨科部 脊椎科 主治醫師 賴建穎

什麼是骨刺？

骨刺是從英文字spur翻譯而來，從中文的拆解上來說，就是骨頭上多長了像刺一樣的骨頭。一般民眾只要聽到骨刺就會非常擔心，但事實上只要有骨頭的地方就會有長骨刺的機會，而大多數的骨刺好發在關節處，因為關節軟骨的磨損，人體自然的保護機制產生骨頭硬化及增生，來抵抗機械壓力以及增加穩定性，這些多生長出來的骨頭就是我們俗稱的骨刺。

其實，骨刺就是人體退化而自然產生的構造及型態變化，就像白頭髮及皺紋一樣無法避免，只能盡可能靠日常生活的保養來減緩其發生。

長骨刺，一定要開刀治療嗎？

答案是不一定。就如同前文所述，骨刺是退化的自然現象，全身上下各處有骨頭的地方都有可能產生，因此不可能把全身骨頭上產生的骨刺都以手術移除，除非因骨刺產生反覆發

炎疼痛，或是造成神經的壓迫刺激，經保守治療包括藥物、物理治療等無效後，再經醫師評估，有治療需要才進行手術處理。

哪些地方的骨刺造成症狀，可能需要手術治療？

1 手指及腳趾小關節退化產生的骨刺

若手指或腳趾間關節發生退化性關節炎產生骨刺，進而發生疼痛及活動障礙，經保守治療效果不好的時候，可以考慮接受關節融合手術。

2 膝關節及髖關節退化產生的骨刺

這些大關節因退化產生的骨刺，一般而言不會特地開刀去把骨刺移除，因為產生不舒服症狀的主因，是因為關節軟骨磨損導致，骨刺只是伴隨的一種自然現象，若已經進展到膝關節或髖關節退化末期，經醫師評估後則可選擇接受人工關節置換手術。

3 肌腱附著處反覆發炎產生的骨刺

因為肌腱反覆發炎而產生的骨刺，通常發生在肌腱與骨頭附著之處。一般而言，這些地方的骨刺不太會建議手術移除，因為此處的骨刺通常會跟肌腱相連，若是手術切除可能會產生肌腱損傷的機率，但若是骨刺增生明顯且反覆產生發炎反應，經醫師評估後還是可以考慮部分切除骨刺以減緩症狀。

4 脊椎退化產生的骨刺

跟其他部位的骨刺一樣，脊椎的骨刺產生是因為椎間盤軟骨退化產生不穩定，而造成鄰近節段的脊椎骨頭增生來增加穩定功能，但因脊椎旁邊伴有神經，所以大家聽到脊椎長骨刺都會特別地緊張詢問是否需要手術切除，其實只要這些增生的骨刺沒有壓迫到神經造成神經症狀，例如四肢的傳導疼痛或麻木，四肢力量減少等症狀，通常就不需要手術來移除骨刺。若是已經產生神經症狀，經保守治療無效，則可考慮接受手術治療。

椎間盤突出，也是骨刺嗎？

椎間盤突出嚴格來說不算是骨刺，椎間盤突出是因為椎間盤承受壓力或退化產生外膜鬆弛或破裂，椎間盤的髓核物質外壓或破出產生突出，跟我們上面所說的骨頭增生是不一樣的情況。但廣義上，醫師在對民眾的解釋還是會以大眾比較熟悉的骨刺來做描述。椎間盤突出或破裂也不一定都需要手術治療，除非壓迫到神經造成神經症狀，經保守治療效果不好時，可以考慮接受部分椎間盤切除減壓手術。🏥

