

女生中四备考半年内 脊柱侧弯恶化 手术后获改善

陈佳怡 报道
chenji@sph.com.sg

35岁女经理念中二时被诊断患上脊柱侧弯，通过运动、瑜伽等外来干预的方式让脊柱侧弯度从45度降至40度，不料中四备考半年内，脊柱侧弯度恶化飙54度的严重水平，最后通过手术治疗改善情况。

陈欣悦（35岁，经理）从小肩膀就一高一低，盆骨位置也凸向一边，但当时网络科技并不发达，也不认为有求医的需要。

“我中学时参加全国学生警察团（NPCC），当我们一群女生在更衣室换衣服时，我发现自己的身材和其他人不一样，也因此没自信，常会穿宽松的衣服遮掩。”

直到中二在学校完成身体检查后，陈欣悦被测出患有脊柱侧弯（scoliosis），脊柱侧弯程度为45度，当时医生告诉她须进行手术矫正及固定。

“当时互联网并不普及，我和父母都是第一次听到这个医学名词，不想太快下定论，决定咨询其他医生的意见。”

陈欣悦后来通过每日游泳、挂单杠，常做瑜伽，推拿等，情况获改善让她喜出望外。“我当时去照X光，医生也没料到度数会下降。我觉得只要继续保持，也就无需动手术。”

陈欣悦在2004年为“O”水准备考，全神贯注在学习上，六个月后去复诊，脊柱侧弯度竟恶化



脊柱侧弯支援小组创办人兼主席廖嘉薇（左起），陈欣悦和主治医生王其杰教授。（联合早报）

飙到54度的严重水平。

“我在考试结束后去动手术，术后新加坡脊柱侧弯支援小组的成员来探望，让我知道自己不是一个人，我之后也加入其中为同样情况的患者或家庭进行开导，让他们对手术和康复过程不再迷茫。”

新加坡脊柱侧弯支援小组创办人兼主席廖嘉薇（45岁）受访时表示，医生的千言万语仍会让患者存一丝担忧，通过分享个人经历，就像给患者打了一剂强心针。

小组在2004年成立，目前成员近1700人，包括患者、患者家长、看护者和义工。

常见脊椎疾病有3种

本地最常见的脊椎疾病有3种。

国立大学医学组织新设立的国立大学脊椎中心上个月30日首次举办名为“脊椎疼痛该怎么办？”的健康讲座。国大脊椎中心主任兼高

医生：骨骼成熟后 侧弯大于30度才需干预

骨骼成熟后若侧弯程度大于30度才需要干预。

国立大学医学组织脊椎中心荣誉顾问医生王其杰教授是陈欣悦当年手术的主治医生。

他受访时表示在长期的研究中显示，当骨骼成熟后侧弯程度小于30度都属于小，侧弯程度不会再改变，除非大于30度才需要干预。

“超过30度，侧弯程度可能会随着年龄继续慢慢增加，通常当侧弯程度超过



陈欣悦术前的脊柱侧弯度达到54度，属于严重水平。（受访者提供）



医生通过“洞眼手术”（=keyhole surgery）在脊椎的一边植入螺钉架构，术后侧弯程度维持在16度。（受访者提供）

45度时，才需要动手术。”

王其杰也指出，传统的矫正与固定手术包括了脊柱后路或前路融合术加器械内固定（posterior or anterior spinal fusion and instrumentation），或新型手术如椎体系带术（Vertebral Body Tethering），这类手术适合正在发育的青年，凹面的生长将能矫正脊椎的侧凸问题，而且脊椎本身的生长不会受到限制。

脊髓型颈椎病（Cervical Myelopathy）。

廖家宝认为除非出现危险讯号，否则无须过度担心。“危险讯号”如持续手脚麻痺、失去食欲、体重无故下降、有外伤且首次治疗至少四个星期后仍不见好转，或有严重病史，应及时求医。