

# 脊髓損傷之復健

台大醫院復健部 王顏和醫師

脊髓由延腦沿伸到上腰部，位居脊柱所形成的管腔中，其功能在於溝通腦部與周圍神經，也就是說，它可傳達腦部的訊息到四肢或內臟，也可傳達四肢或內臟的感覺到腦部。脊髓一旦損傷就會產生許多的問題，包括：運動感覺機能障礙、排尿排便困難、呼吸機能障礙、性功能障礙、皮膚併發病、自主神經機能異常等。

造成脊髓機能障礙的原因可分為兩大類，一為外傷性脊髓損傷，另一為非外傷性脊髓疾病，兩者約為四比一。在台灣地區，造成外傷性脊髓損傷的原因，以車禍居多，幾乎佔一半的病例，其次為高處跌落、被重物壓傷、運動傷害及刀傷等。至於非外傷性原因，則以腫瘤、發炎、血管畸型居多。脊髓損傷以20歲至29歲之年齡層的發生率最高。以性別而言，男女之比約為五比一。

在車禍或意外事故現場，急救人員應密切注意脊髓損傷發生的可能性，經由正確的搬運姿勢及各種輔助器固定傷者的頭頸身體，避免造成進一步的傷害，並應立即送至有經驗之醫學中心救治。先透過各種理學、神經學及影像學檢查，以瞭解脊髓損傷部位及嚴重程度，並應注意是否有相關傷害。為使脫位脊椎復位或保持脊椎之穩定度，可施行手術處理，而及時大量類固醇注射對神經恢復有所幫助。至於復健工作，以儘早運動為原則，透過傾斜床活動、大小便訓練、輪椅訓練、呼吸訓練、日常生活訓練、步行訓練等，期使病人能獨立自主生活。另需預防併發症發生，如：泌尿道感染、褥瘡、關節攣縮、呼吸道感染、深部靜脈栓塞等。

脊髓損傷患者多為青壯年之男性，正是社會中具生產力之一群，且常為家庭收入主要提供者，當其突遭意外造成癱瘓，身體諸多功能受損，日常生活處處依賴他人，事業或學業因而中斷，另外得面對家庭、婚姻問題，其心理衝擊不可謂不大，壓力與衝突悄然而生。走過低潮時期，學習接納自己，重新調整腳步再出發，很多人都這樣走過來的，或者經營事業，或者專業作畫，或者開店營生，或者投入協會，都有可觀的成績。現代醫學治療及復健訓練的進展，自我照顧已不再是難事，而壽命也可達一般人之八九成左右。

脊髓損傷是一種嚴重殘障，對病人本身，其家庭，甚至社會都造成很大的損失，無論在醫療或復健方面，面對的問題及困難特別多，需要各科醫師及醫療人員之同心協力，以及家庭、社會與政府之配合，才能有滿意的成果。損傷並不是失去一切，只要重拾信心，肯定自我，結交朋友，走入人群，面對婚姻，組織家庭，都不是難成的事。男性病友雖有勃起射精方面的困擾，但有解決之道，而生子也是可能的，人生幸福並不會少於常人。肢體雖然殘障，但心理永不殘障，坐在輪椅上似乎矮一截，但仍可以做一個行動上的巨人。