



硬膜外類固醇注射可以使患者易於做運動和參與物理治療。

## 硬膜外類固醇注射 (ESI)

有助舒緩背部或頸部因神經毛病引起的痛楚、刺痛和麻痺。注射分爲兩種：

- 腰椎硬膜外注射用以治療腰背的毛病，包括坐骨神經痛、椎管狹窄症和根神經病變。
- 頸椎硬膜外注射與上述的注射方法相同，但注射在頸部四周的神經上。

### 注射對我的痛楚有幫助嗎？

很難確定注射是否一定有效。一般來說，硬膜外類固醇對腰背痛楚而放射至腿部的患者(例如有坐骨神經痛的病人)有幫助。此

外，新近出現痛症的患者亦似乎較已患痛症多年的人有較良好的反應。

### 痛楚的舒緩可以維持多久？

痛楚獲舒緩的時間長短因人而異。在大部份的情況，痛楚可得以舒緩至三個月。您的治療方案可以包括這種和其它的止痛方法。

### 硬膜外類固醇注射可以治癒我的痛楚嗎？

注射可以有助減輕痛楚 --- 但並非能治療痛楚的根源。注射可能使您易於做運動和參與物理治療，幫助改善您的整體病況。

### 有沒有任何副作用？

有，硬膜外類固醇注射可能引致體液滯留和使糖尿病患者的血糖升高。請與醫生商討如何應對這些副作用。

### 如何進行硬膜外類固醇注射？

醫生在替您注射前或當中可能進行造影檢查，例如磁力共振、電腦掃描或 X 光檢查。過程可能包括：

- 在皮膚注射局部麻醉劑。您可能會有刺痛和灼熱的感覺。
- 硬膜外注射。您可能感覺壓力和輕微不適，但不會痛。假如感覺痛楚，請通知醫生。

進行注射所需的實際時間因應每個病人而不同。

### 我甚麼時候可以恢復正常的活動？

注射之後，醫生將會給您護理的指示，例如：在注射之後幾小時內不要開車。我們鼓勵您如常進行家務和其它的正常活動。保持身體活動其實是很重要的。

### 硬膜外類固醇注射安全嗎？

安全；不過仍有一些風險和副作用。有些人可能會出現更嚴重的併發症。

- 一些病人可能會出現頭痛。可能是在注射的時候或之後出現，也可能是在注射後兩天內出現。假如出現頭痛，請通知醫生。
- 在罕見的情況下，可能會出現更嚴重的副作用，例如神經受損、出血、感染或癱瘓。

這些情況可能無法挽回，或者需要進行脊椎手術。醫生會就您的個別病例與您商討安全問題。

### 所用的類固醇是否就是運動員使用的那一種？

不是。硬膜外注射所用的類固醇是皮質類固醇，用以消腫和舒緩因受刺激的不適。

## Health Education

© 2002, The Permanente Medical Group, Inc. All rights reserved. Regional Health Education.  
915800036 (Revised 1-09) RL 8.0

### 我可以隔多久接受一次硬膜外類固醇注射？

有些時候，醫生可能會處方連續三次注射，通常每次相隔四至六星期。在接受了連續注射後，您可能要最少隔三至四個月才可以接受另一次注射，或者要由您與醫生共同決定最適合您的時間。

### 硬膜外類固醇注射會不會改變我接受手術的需要？

注射的目的是減輕痛楚。這可能或並非是否進行手術的因素。有關詳細的資料，請向醫生查詢。

### 我曾經接受過硬膜外類固醇注射但無效，我應否接受另一次？

在某些情況下，第二次注射可能有幫助。假如第二次硬膜外類固醇注射無效，那麼再一次注射亦可能對您的痛楚沒有作用。

### 假如硬膜外類固醇注射對我的痛楚沒有作用或者我不想接受注射，該怎麼辦？

有很多做法可以有助應對您的長期痛症。同時使用幾種方法通常是最有效的做法。研究顯示一些做法，例如運動、鬆弛和改變消極的想法，可以幫助患者更好的面對長期痛症。

本資訊並非用作診斷健康問題或取代醫生或其他醫學專業人員給予的醫學意見或護理。假如您有持久的健康問題，或有其它疑問，請向醫生查詢。如對使用的藥物有疑問或需要更多資訊，請向藥劑師查詢。Kaiser Permanente (凱薩醫療機構) 不會認可某一品牌的產品，任何相類似的產品都可以使用。

#### Health Education

© 2002, The Permanente Medical Group, Inc. All rights reserved. Regional Health Education.

915800036 (Revised 1-09) RL 8.0

### 甚麼人不適直接受硬膜外類固醇注射？

- \_假如您在接受注射的時候發燒或有任何感染。
- \_假如您打算懷孕、或目前正懷孕或餵哺母乳。
- \_假如您對類固醇、局部麻醉劑或對比顯影劑有強烈的過敏。
- \_假如您正服用稀血藥，例如抗凝血劑 Coumadin (Warfarin)、氯羈多 (clopidogrel (Plavix))、阿司匹靈 / 潘生丁 (aspirin / dipyridamole (Agrrenox))、依諾肝素 (Enoxaparin (Lovenox))、Fondaparinux (Arixtra) 或肝素 (heparin)。在接受注射前，您必須停止服用這些藥。請與醫生或心臟科醫生商討，以衡量停止服用這些藥的利與弊。至於消滅其它痛楚，例如關節炎、手術後痛楚、腹痛和頭痛，則可以服用 Tylenol。

### 如出現以下情況，請通知

#### Kaiser Permanente (凱薩醫療機構)...

#### 在接受硬膜外類固醇注射之後出現:

- 持續的頭痛
- 發燒
- 硬膜外類固醇注射的部位有疼痛、紅腫或灼熱。假如您認為需要緊急護理，請致電 911 或到就近

的急症室。例如：

- 在注射後，手或腿出現新的麻痺或無力；或者無法控制小便或大便。

#### 其他資源

• 假如您是北加州會員，可以到網上 [kp.org/mydoctor](http://kp.org/mydoctor) 瀏覽您醫生的主網頁。在左方的搜索欄，在“Healthy Living Resources”之下，點擊 **podcasts, videos** 以及 **online programs**，可以學到有助應對痛楚的技巧。

• 有關使用藥物的資訊，可到 [kp.org/medications](http://kp.org/medications) 瀏覽我們的藥物百科全書或徵詢藥劑師的意見。

• 查閱您的 *Kaiser Permanente Healthwise Handbook* (凱薩醫療機構健康手冊)。