

一“失足”成千古恨

文：神經外科鄭憲宗醫師

您走路有輕飄飄嗎？

老年人偶爾被注意到有步態不穩，一般皆不以爲意，但真的可以無視嗎？現已邁入老年化社會，全身的器官都逐漸在退化，髖膝關節退化、無法忍受的疼痛皆有所聞，但偶發的脖子痠痛，落枕更要注意。

近來有個案，跌倒後發現手腳活動受限，甚至胸部以下的感覺都消失，緊急檢查後發現，頸椎間盤突出，且導致頸脊髓受損。詳問病史後，才知道個案受傷前已有步態不穩的情況，但是其不在意沒就醫，跌倒嚴重受傷，後悔也來不及。

如果自己或是家中長輩有以下症狀：

- 持續頸背部酸痛達兩週以上
 - 手臂痠麻無力長達一週以上
 - 莫名原因走路不穩
 - 常摔破碗盤且合併肌肉萎縮者
 - 長期因頸背酸痛而無法安睡者
 - 非心臟疾病所引發之胸悶及緊迫感
- 及早就醫，照顧自己的健康，追求更好的生活品質。