

马尾综合征

本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

您的感受

马尾综合征发生在脊髓底部的神经束受到挤压时。这些神经控制您的膀胱、肠道和腿部。警示信号通常同时出现，而不是逐个出现。

您很可能会有剧烈的背痛伴坐骨神经痛，即疼痛沿腿部放射。这可能影响一条腿或两条腿。坐着、弯腰或咳嗽通常会加重疼痛。疼痛可能严重到使行走、驾驶或从马桶上起身变得困难。

最重要的变化在于膀胱和肠道。您可能会发现排尿启动困难，或者无法完全排空膀胱。有些人会完全失去需要排尿的感觉。您还可能注意到肛门周围或生殖器区域麻木，或肠道功能发生变化。

这些神经变化也可能影响您的性生活。许多人在神经压迫解除后，仍会长期存在性功能障碍。

如果您完全无法排尿，或者尽管有尿意却只能排出少量尿液，请将其视为紧急情况。立即前往医院急诊科，并告知医生您担心患有马尾综合征。医生可以在您尝试排空膀胱后检查膀胱内残留的尿量。残留量达到或超过 200 毫升是一个强烈的警示信号。

您还可能注意到症状在夜间或刚醒来时更严重。长时间坐着，例如乘车旅行或在办公桌前工作一整天，可能会诱发腿部疼痛。平躺并在膝盖下垫枕头有时能缓解疼痛。

这种情况不能仅靠在家休息和服用止痛药来管理。当神经束受压时，治疗是紧急手术以解除压迫。如果您出现上述膀胱或麻木变化，请不要等待观察其是否自行缓解。

实际发生了什么

您的脊髓沿脊柱向下延伸，通常在腰1-腰2（L1-L2）水平，即下背部附近结束。在该点以下，神经以一束独立的神经束形式继续延伸，呈扇形散开，形似马尾。医生将这一束神经称为马尾神经。它传递控制膀胱、肠道、性功能及双腿的信号。

当有物体压迫这一神经束时，这些信号会被阻断。告知膀胱已充满的神经和控制排空膀胱肌肉的神经源自脊柱的同一部位。如果压力影响其中任何一个，您可能会失去想要排尿的感觉，或失去正常排空的能力。同样的压力也解释了肛门周围和生殖器的麻木感，以及腿部疼痛和无力。

压力通常来自背部椎骨之间某个椎间盘的问题。这些椎间盘具有柔软的果冻状中心和坚韧的外环，有点像果酱甜甜圈。如果外环破裂，柔软的中心可能向后推入神经束所在的间隙并挤压它。挤压也可能来自其他原因，例如神经通过的隧道变窄。

这与普通的背痛不同，普通背痛是由肌肉酸痛或椎间盘磨损引起的不适，但没有神经受压。在这里，神经本身受到压迫，在压力持续存在期间，它们无法正常工作。这就是为什么膀胱和肠道变化比疼痛更重要，以及为什么这种情况需要紧急扫描和手术来解除压力，而不是休息和止痛药。

我们能做什么

主要检查是 MRI 扫描，它利用磁铁对脊柱进行详细成像。与 CT 扫描相比，MRI 能更清晰地显示椎间盘、神经以及神经穿行的狭窄通道。扫描结果需结合您的症状进行解读，而非单独依据影像，因为仅凭影像无法确诊此病。如果您无法进行 MRI 检查，或影像不清晰，可能会改用 CT 脊髓造影。这是一种在神经周围注入造影剂以显示压迫部位的 CT 扫描。

此病没有自我管理或物理治疗阶段。当神经束受压时，等待或锻炼无法缓解压迫，且膀胱和肠道功能改变可能变得永久。因此，我们不会先尝试休息、止痛药或物理治疗。

建议立即进行手术。该手术称为减压术，意为移除压迫神经的结构，通常是向后突出的撕裂椎间盘部分。目标是尽快解除神经束的压迫，以便神经恢复。一旦就诊，手术将在数天内而非数周内安排。在一组因椎间盘压迫神经束而接受手术的患者中，急性病例的平均等待时间为 1.1 天，其余病例为 3.3 天。另一组患者从首次出现症状到手术的时间在 12 至 164 小时之间，平均约为 45 小时。手术必须在六小时内进行的旧观念并不成立，且患者进入手术室的速度并未决定其神经恢复的好坏。

手术前我们会与您详细讨论手术过程，您可以提问并参与决策。大多数因椎间盘压迫神经束而接受此手术的患者，其腿部力量恢复正常。膀胱通常是恢复最慢的部分，且术后可能出现持续的性功能障碍。我们将讨论这对您意味着什么，下方的预后部分将更详细地介绍恢复情况。

预期情况

马尾综合征的恢复因人而异。神经可以恢复，但未必能完全恢复，且某些改变可能会持续存在。预后取决于神经受压的严重程度以及受压持续的时间。

腿部功能通常比膀胱功能恢复得更好。大多数因椎间盘突出压迫神经束而接受手术的患者，其腿部力量均恢复正常。膀胱往往是最难恢复的部分。它通常是术前受影响最严重的功能，术后也常保持这种状态。症状突然发作的患者，在恢复膀胱控制方面往往比症状逐渐加重的患者稍显困难。

可能持续存在的改变不仅仅涉及膀胱。即使压力解除后很久，性功能障碍也很常见，并在随后的多年里影响许多人。膀胱、肠道及其他自主身体功能也可能持续受到影响，即使在恢复起始条件最佳的患者中也是如此。

如果该病症能迅速通过手术解除压迫，许多人可以恢复良好。一旦压迫停止，神经便有了真正愈合的机会。如果不予治疗，压迫将持续存在，神经损伤可能变为永久性。这就是为什么该病症被视为急症，而非可以等待观察的情况。

恢复是渐进的，可能需要数月而非数天。某些功能比其他功能恢复得更快，您可能会发现某些改善在较长时间内持续进行。在您的恢复过程中，医疗团队将监测您的膀胱、肠道和腿部功能，并可为任何残留的改变安排支持，例如协助膀胱排空。

我们将基于您的症状和扫描结果，在手术前后就您个人的预后与您进行坦诚沟通。您不会被迫猜测接下来会发生什么。

何时就医

此病症具有时间紧迫性。如果您完全无法排尿，或尽管有尿意但仅能排出少量尿液，请立即前往急诊科。如果您失去想要排尿的感觉，或注意到肛门周围或生殖器区域出现麻木，同样适用此情况。这些迹象表明神经束正在受到压迫，需要当日评估，而非预约全科医生门诊。

如果您出现伴有坐骨神经痛的剧烈背痛（即疼痛沿一条或两条腿部放射），并伴有膀胱或肠道功能的变化，请要求紧急专科会诊。不要等待观察症状是否自行缓解。医生可以检查您在尝试排空膀胱后膀胱内残留的尿量，并安排下脊柱的扫描检查。