

椎心刺骨說「骨刺」

人體的許多生理功能，從出生後逐漸成長，大約在15歲至25歲之間，達到一生的最高峰；以後，隨著年齡的增加，反而逐漸降低。

為什麼會產生老化現象？到目前為止，仍是一個尚未完全解決的謎，不過已經確定的一個事實是：沒有一個人可以避免老化的產生，但是各人老化的速度並不相同，而同一個人體內各組織或器官老化的情形，也不盡相同。

「保養」與否，密切關係著「老化」的速度，因此中老年人如何在日常生活當中，關切自己的動作、營養、生活習慣，已是刻不容緩的課題。

本期將以“老”骨頭與肌肉的保健為開場白，揭開後續的銀髮族熱門話題序幕，敬請期待。

讀者來函

桃園縣平鎮市邱美華小姐來函：

最近因家父患了骨刺，詢問之下，才發現社區內長骨刺的比例相當高，所帶來的困擾似乎已不下於糖尿病等普遍存在發生的疾病。因此想請問幾個問題：骨刺發生的原因及部位，除開刀外有無其它辦法治療？開刀的危險性（如是否容易誤傷神經）？以及開刀後復發的機率有多少？

衷心期盼「鄉間小路」能以骨刺為主題，做一系列深入報導。謝謝！