

脊骨矯治療法

五十肩、媽媽手的新救星

採訪撰文◎經營發展室專員 羅仕倫
受訪審稿◎中醫部針傷科主任 黃敬仁



有別於傳統中醫傷科，「脊骨矯治療法」手法相對較輕柔、較複雜，有助於患者回歸身體系統平衡，減少疼痛復發的頻率。



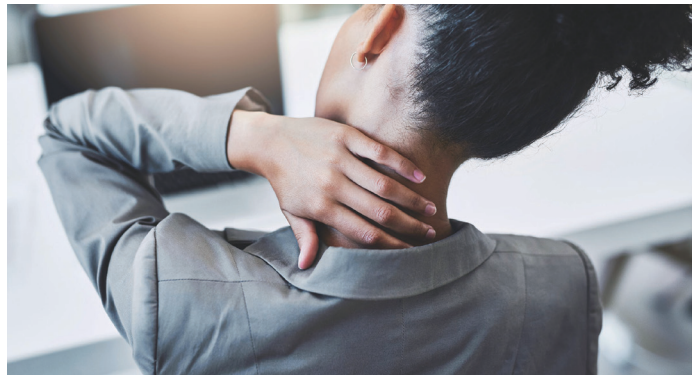
一位50多歲的中年婦女，經診斷有腕關節退化問題，導致腕關節鼠蹊部位有疼痛不適症狀，走路更因此變得一拐一拐很不方便，做過一些醫療復健，但效果都不太理想。

轉介恩主公醫院中醫部接受傳統傷科的針灸治療，疼痛感開始有了一些改善，但過沒多久，反反覆覆的痠痛仍舊困擾著她；在中醫部針傷科黃敬仁主任採用了「脊骨矯治療法」後，針對患部施以旋轉、牽扯的手法，持續約15-20分鐘治療，進行了3次的治療後，有了明顯的進步，她疼痛的頻率減少，走路的步態也變得比較穩定。

中醫與關節炎

根據世界衛生組織西元2019年數據顯示，全球約5.28億的人有骨關節炎問題，最常見於膝關節，其次為腕關節與手關節，主要影響超過55歲的人群，其中60%為女性。風險因素包含關節損傷、過度使用、年齡增長和過重。

而根據我國衛生福利部資料指出，70歲以



上的老人大多數都有退化性關節炎問題，疾病成因主要為關節軟骨過度使用，滑液分泌異常，導致關節活動受到影響，而產生疼痛、腫脹、發熱等症狀，嚴重的話更會造成骨刺和關節變形，進而影響活動能力。

而運用中醫傷科手法，能以最直接的治療方式，較快速地減緩退化性關節炎產生的疼痛，並且沒有藥物副作用。

黃敬仁主任指出，傳統傷科採取推拿、按蹻、關節調整等方式，可以讓身體肌肉與骨骼錯位、不舒服位置的痠痛暫時得到緩解。但因為人的姿勢有慣性的問題，疼痛復發的頻率較



黃敬仁主任表示，「脊骨矯治療法」有別於傳統傷科的治療方式，以輕柔搖晃的手法，將錯位的肌肉、筋膜和骨頭，還原到身體結構該有的位置，幫助患者回歸身體系統平衡。



上半身的「脊骨矯治療法」，主要針對五十肩、媽媽手這類肌肉痠痛的問題，效果特別顯著。



下半身的「脊骨矯治療法」，主要針對腕關節肌肉的病徵，扭到、拉到或是閃腰的部分。



高，若想更進一步改善病症，就需要藉由針灸或是「脊骨矯治療法」。

脊骨矯治療法及其適應症狀

黃敬仁主任表示，「脊骨矯治療法」有別於傳統傷科，是以輕柔搖晃的手法，將錯位的肌肉、筋膜和骨頭，還原到身體結構該有的位置，幫助患者回歸身體系統平衡，適合關節受傷、肌肉痠痛、腰椎勞損、脊椎小面關節錯位和髖關節活動障礙的患者，又分為上半身和下半身的治療，適應不同的症狀。

上半身治療

上半身的治療，主要針對五十肩、媽媽手這類肌肉痠痛的問題，效果特別顯著，因為治療過程能同步進行骨頭、肌肉和筋膜的調整。

下半身治療

下半身的治療，主要針對髖關節肌肉的病症，扭到、拉到或是閃腰的部分，藉由下肢調整的方式，讓肌肉的位置還原。

相較於傳統傷科治療動作約1-2分鐘，瞬間將錯位的骨骼回到正常的位置，「脊骨矯治

療法」手法相對較輕柔、較複雜，每次治療過程需要約20分鐘。

不適合接受「脊骨矯治療法」的患者

「脊骨矯治療法」雖然有很多好處，但治療前須經過專業醫師評估，並有豐富操作經驗的醫師來執行。

根據臺灣復健醫學會資料顯示，椎底動脈血循環不良、動脈瘤、骨骼腫瘤、骨骼感染、不穩定性脊椎、發炎性關節炎（如類風溼性關節炎、僵直性脊椎炎）、嚴重神經損傷的患者，不適合接受「脊骨矯治療法」，因為可能產生其他併發症。

黃敬仁主任也加強說明，若患者已經施行脊椎骨釘固定手術，因脊椎或骨關節已被固定，施以本療法療效有限，並提醒接受治療的患者，平時坐姿、站姿、走路姿勢都需要調整，避免肌肉骨骼因習慣性的姿勢或動作，恢復到調整前的狀態。另外，劇烈運動也需要暫停3週以上，以免治療效果打折。



恩主公醫院中醫部針傷科黃敬仁主任採用「脊骨矯治療法」，幫助退化性關節炎的患者擺脫長期困擾的疼痛。