

終結難治型疼痛不是夢！ 加強療法報您知

文·圖／復健部 主治醫師 劉東桓

復健門診常會遇到傳統治療失敗的各類難治性疼痛，如：冷凍肩（俗稱五十肩）、各類肩膝髖關節炎痛、運動或意外造成的肌腱韌帶損傷、慢性肩頸疼痛及下背痛、坐骨神經痛等。這些疼痛可經由高濃度葡萄糖水、PRP（高濃度血小板生長因子）、Amnipatch（人體胚胎羊膜生長因子）等增生療法治療及修復，甚至可加上各類的神經疼痛阻斷術（高頻熱凝療法或水冷式射頻解痛術）來加強治療，以下一一介紹。

1 PRP高濃度血小板生長因子

PRP（Platelet-Rich Plasma）又稱高濃度血小板血漿，是增生治療的一種。是抽自己的血液離心後抽出其生長因子，利用自身多種生長因子注射到患處，來促進血管新生以及組織修復與再生。對於組織的修復會比傳

統復健或藥物來得更快、更有效。適用於肌腱、韌帶、關節退化或損傷。PRP醫學研究認證顯示：

- 1 退化性關節炎治療：PRP可以增生軟骨，比玻尿酸更能止痛及增加生活品質。
- 2 肩膀旋轉肌袖病變：PRP在短、中、長期可達到疼痛控制及肩膀功能改善。
- 3 網球肘肌腱炎：PRP比麻醉針劑更可達到疼痛控制及手肘功能改善。
- 4 半月板破裂：PRP可以減少疼痛。關節鏡修補合併PRP治療，可以減痛及增加膝關節功能。

2 Amnipatch人體胚胎羊膜生長因子

Amnipatch內含重要的生長因子與細胞外質基，除了保存天然羊膜所含的重要生長因子外，還能刺激多種類型的細胞遷移與增

生，並吸引自體幹細胞，讓組織中的間質幹細胞和造血幹細胞移動至患處，進行修復與癒合。

羊膜一般可用於調節發炎反應、有效減緩疼痛、減少形成疤痕組織、促進傷口癒合、預防術後沾黏。在某些因為自身血液問題，無法抽取自己血液製作PRP時，可考慮做羊膜生長因子增生療法治療。

冷凍肩（俗稱五十肩）

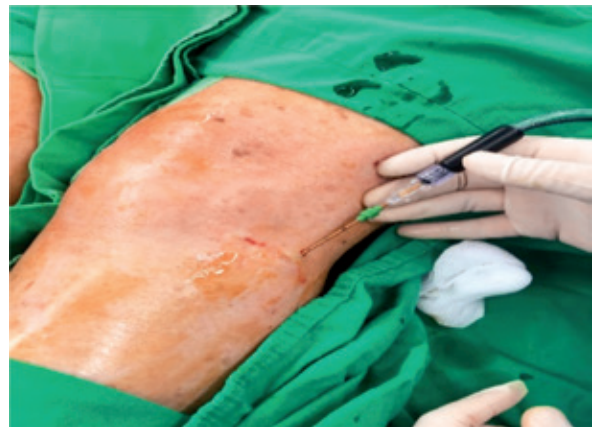
當肩關節的活動角度（主動的及被動的）受到限制時，都可以稱之為冰凍肩或五十肩（即手臂上舉、平舉或向後摸臀部或背部有困難）。造成的原因不明，很多是因為年輕時使用肩膀過度，到了四、五十歲即突然發覺，故俗稱為五十肩。有些患者是因為外傷、骨折、脫臼（如中風患側的肩部半脫臼）、手術後（如打石膏過久）或肩關節內軟組織發炎等。在醫學上正式的说法為黏性肩關節囊炎。

冷凍肩若不嚴重，可先使用玻尿酸注射至關節內再搭配體外震波治療，若仍無法改善，建議用超音波影像導引肩膀神經疼痛阻斷術（高頻熱凝療法或水冷式射頻解痛術），加上增生療法治療如PRP、Amnipatch等，尤其是後者治療可明顯改善活動角度六至八成，及緩解疼痛達六成以上，並且縮短後續徒手復健的時間。

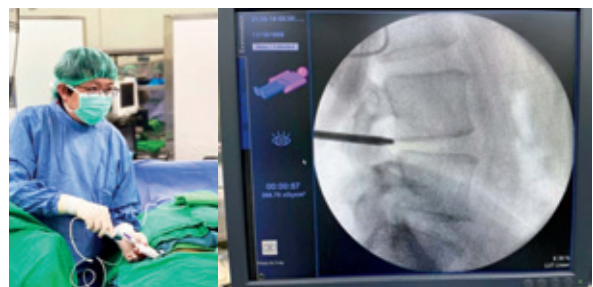
各類肩膝髖關節炎痛及慢性肩頸痠痛（頸椎小面關節炎）



體外震波治療有助緩解疼痛。



膝關節水冷式射頻解痛術。



精準微創經皮腰椎擴孔神經解離術（Percutaneous Foraminoplasty and Neurolysis）。

當關節疼痛玻尿酸注射無效時，可考慮PRP、Amnipatch等增生療法，加上超音波影像導引神經疼痛阻斷術（高頻熱凝療法或水冷式射頻解痛術），尤其是早期退化性關節炎效果會比較好。

5 運動或意外造成的肌腱韌帶損傷

在傳統復健或中醫針灸治療無效時，可考慮做超音波影像導引高濃度葡萄糖水、PRP、Amnipatch等增生療法來做治療，使肌腱韌帶損傷盡快恢復。但若是肌腱韌帶已完全斷裂則建議要以手術修補。

6 下背痛及坐骨神經痛

在美國，根據統計約有六至八成的成年人，終其一生至少有一次下背痛的困擾。而下背痛的症狀持續大約兩周者占14%，在小於45歲的成人，下背痛是導致活動受限的第一主因。

一般將下背痛依發生時間長短分為兩種：發作三個月以內定義為急性下背痛；發作三個月以上為慢性下背痛。常見急性下背痛的原因包含姿勢不良、背部拉傷、外傷骨折脫位、肌肉筋膜症候群、骨髓炎、椎間盤炎等；而慢性下背痛的原因常見則有骨關節炎、椎間盤突出、脊椎退化，脊椎滑脫症、肌肉筋膜症候群、壓迫性骨折、血清陰性脊椎關節炎、骨質疏鬆症、轉移痛、腫瘤等。其他非關肌肉骨骼系統的疼痛疾病，包括腎臟病輸尿管結石、攝護腺發炎或骨盆腔發炎、情緒、壓力等。而當下背痛向下擴散至臀、大腿、小腿甚至腳趾時，此時則會合併有坐骨神經痛，大部分為椎間盤突出壓迫神經根造成。

台灣由於骨鬆盛行率高，建議停經後婦女或50歲以上男性有背痛問題時，最好能進

行胸腰椎X光片及骨密度檢查，排除骨鬆及壓迫性骨折問題。

現在醫療技術日新月異，當下背痛患者自行做腰椎下肢伸展拉筋運動、復健治療或中醫針灸治療一個月到三個月後，仍無改善或變差，此時應至醫院做進一步詳細檢查，若非腫瘤癌症及非下肢無力及大小便失禁等緊急問題，則不必急著一定要開刀手術治療，此時可考慮整合式疼痛治療法來減緩下背痛及增加背部活動功能。

何謂整合式疼痛治療法？

如下背痛復健除了一般熱敷電療外，也可以搭配體外震波及超磁場治療等非侵入性治療來加速下背痛減緩。此外，也可考慮無放射性超音波影像導引腰椎小面關節類固醇疼痛注射治療，或進一步使用高濃度葡萄糖水、PRP、Amnipatch等增生療法來治療及修復。但若是超過半年以上的難治型下背痛，則建議使用無放射性超音波影像導引腰薦椎小面關節高頻熱凝療法，或水冷式射頻解痛術處理（無須傳統開刀手術治療）。

坐骨神經痛復健除了一般熱敷腰椎牽引之外，也可以搭配超磁場治療來加速減緩神經痛。但若是超過半年以上的難治型坐骨神經痛，則建議使用影像導引腰薦椎神經根高頻熱凝療法（神經疼痛阻斷術）、水冷式射頻腰椎椎間盤整形術，或是精準微創手術：經皮腰椎擴孔神經解離術。

以上所有治療，建議應檢查確定病因後，再與醫師討論是否適合上述這些治療方式，才能對症緩解疼痛。🌐