

頭痛頭暈、腦傷復健： 中西合璧喚醒神經修復的黃金期


文·圖／中西醫結合科·小兒神經科 主治醫師 林聖興

在醫院的走廊上，常會看到家長帶著孩子，或是成年病人滿臉愁容地走進診間。他們最常見的主訴不外乎：「醫師，我孩子經常頭痛到沒辦法上課，止痛藥越吃越多，檢查卻都說正常？」或是「自從那次車禍撞到頭後，我就一直覺得頭暈、注意力不集中，電腦斷層也沒問題，我到底該怎麼辦？」

作為一名小兒神經科醫師，同時在「中西醫結合科」門診服務，我經常在處理這些「檢查正常，但身體卻很不舒服」的臨床難題。在神經科學的領域中，檢查儀器能看見結構的損傷，卻未必能捕捉到神經功能的細微失調。這正是中西醫結合醫療能發揮相輔相成效果的切入點。

儀器不是萬能： 神經學檢查的溫度與精準

當病人因為頭痛或頭暈就醫時，腦海中浮現的第一個念頭往往是：「我是不是腦袋長東西？」因此強烈要求進行電腦斷層（CT）或核磁共振（MRI）檢查。在兒童醫院的門診中，我們確實擁有最先進的設備，可以精準地排除腦部腫瘤、出血或結構異常。但根據臨床經驗，超過九成的頭痛與頭暈病人，其影像檢查結果是正常的。



事實上，更有溫度的「神經學檢查」往往能提供更關鍵的訊息。在診間，我會拿起扣診槌敲敲病人的手腳，觀察神經反射是否對稱；也會請病人跟著我的手指轉動眼球，測試腦神經的協調性；另外，觀察他們的步態、平衡感，以及作基本的肌力測試。

這些看似簡單的動作，其實是醫師在與病人的神經系統進行「對話」。透過基本的理學檢查，我們就能初步判斷症狀是否涉及嚴重的腦部病變。如果神經學檢查正常，醫師與家長都能先鬆一口氣——這代表我們面對的可能不是「結構性損傷」，而是「功能性失調」。

慢性頭痛與頭暈： 中醫帶來的第三種可能

對於長期飽受頭痛、頭暈困擾的青少年或成年人，西醫的流程通常是給予止痛藥或止暈藥。雖然能緩解當下的不適，但有部分病人會陷入「復發→服藥→再復發」的循環，甚至產生藥物依賴。



中醫對常見頭痛、頭暈的體質觀察與調理有其獨到之處，「風、寒、濕、瘀」是比較常見類型。（圖片由AI生成）

在中西醫結合的診間裡，我們嘗試打破這個循環。中醫治病最講究「因人而異」與「因時制宜」。在問診時，我常會細心觀察病人的生活規律與環境感應。

例如，有些人特別怕風、怕冷，只要被辦公室或教室的冷氣對著吹，就容易引發劇烈頭痛；也有人像是「人體氣象台」，每逢梅雨季節或下雨天，頭部就像裹了一層濕毛巾般沉重不適。這些特徵在西醫診斷中可能只是生活瑣事，但在中醫眼裡，卻是判斷「風寒」或「痰濕」的重要依據。

針對這些不同體質與環境誘發因素，我們會選擇合適的中藥來精準調整。當我們問出怕冷或怕潮濕的關鍵特徵，並給予對應的溫通散寒或化濕藥物後，這群病人往往會感到有神奇的療效，驚訝於糾纏許久的不適竟能如此緩解。

根據臨床觀察，約有三分之一的病人在介入這類精準的中藥調理後，會感覺到顯著的效果。隨著體質的調整與神經系統的穩定，原本需要頻繁服用的西藥次數漸漸變少。經過幾週的治療，有些病人甚至可以完全停藥，達到幾乎康復的狀態。

然而，醫學並非魔法，每個人對藥物的反應不盡相同。我也遇過部分病人，頭痛病史長達數十年，單用西藥效果有限，單靠中藥也緩不濟急。這時候，「中西合璧」就是良好的策略。西藥幫助快速鎮痛、緩解急性發作；中藥可以調和氣血、針對體質弱點（如怕冷、怕濕）進行長期修復。透過數個月的治療，原本頑固的症狀往往能獲得顯著改善，生活品質也隨之提升。

腦傷復健：
那些影像看不見的「神經微損傷」

另一個值得關注的族群是「腦傷後遺症」。無論是兒童在運動中撞擊，或是成人遭遇車禍，有些人在急性期過後，雖然CT或MRI顯示腦部沒有出血、沒有腫瘤，但卻持續數個月甚至更久，飽受頭痛、頭暈、失眠、記憶力減退之苦。

這在醫學上常被稱為「腦震盪後症候群」，雖然儀器檢查沒看到異常，但微細的神經纖維或代謝環境可能已經受損。這正是「喚醒神經修復」的黃金期。

在中醫的觀點中，這屬於「瘀阻腦絡」或「氣血不和」。西醫的復健能幫助肌力與動作，而中醫的方劑則能從體內環境入手，改善大腦的微循環，促進神經修復。臨床上，許多車禍後持續不適的病人，在搭配中藥調理後，那些原本「僅吃西藥難以緩解」的悶痛與眩暈感，往往能得到較理想的改善。

全方位的個人評估： 不漏掉任何篩檢細節

當然，現代醫學對於頭痛與頭暈的評估，並不侷限於影像檢查。臨床上，許多長期頭暈的病人，其問題根源可能隱藏在血液中。例如，嚴重的貧血會導致腦部含氧量不足，或者血糖的異常波動也會引起強烈的暈眩感。因此，在必要時，我們也會安排抽血檢查，為病人的健康把關，確保每一項可能的病因都被仔細篩檢。

同時，中醫對體質的觀察與調理也有其獨到之處。本文提到的「風、寒、濕、瘀」是比較常見類型。實際上，還會根據每個人臟腑氣血的虛實盈虧，做出更精細的判斷。透過這種結合現代精確數據與傳統細膩辨證的「全方位評估」，可以針對每位病人的獨特體質，訂出精準的治療方針。

結語

中西醫結合為神經系統找回平衡

醫學的本質是為了服務「人」，而非僅僅治療「病」。不論是18歲以下的兒童、青少年，或一般成年人，或者是長期受頭痛困擾的高齡長者，每位病人的身體都是一個複雜的生態系統。

中西醫結合治療並非保證每個人都能「藥到病除」，但在西醫精準的診斷與急症處理基礎上，加入中醫對體質的細膩觀察與調理，確實為許多處於治療瓶頸的病人開闢了一條新的道路。

如果您或您的家人正深受慢性頭痛、頭暈或腦傷後遺症的困擾，請不要失去信心。在影像檢查正常之餘，透過專業的神經學評估與中西醫結合的策略，我們有機會在神經修復的黃金期內，為您的神經系統重新找回平衡，喚醒身體自癒的力量。

小提醒

如有上述症狀，建議先至本院小兒神經科、成人神經內科，或中西醫結合科，進行專業評估。中藥處方應經由合格醫師診斷後開立，不宜自行購買成藥服用，以確保用藥安全。🏥