

要聞港聞

2015年12月09日

中西醫多面睇：中西醫攜手治肩周炎

中西醫多面睇：
中西醫攜手治肩周炎

18,521



Facebook 26 | G+ 分享 0 | Tweet | 26

AA

肩周炎是由於肩關節囊及附近軟組織發炎和黏連所引致，大部份個案均為原發性，即在沒有外在因素影響下致病。在本港，肩周炎患病人數大約為人口的2%至5%，由於多數人於50歲左右發病，因此又有「五十肩」之稱。

西醫之言：

從發病到康復，肩周炎主要可分為三個階段。第一階段為疼痛期，為時約3至9個月，患者可因疼痛而避免活動患處；第二階段為冰凍期，為時約9至15個月，患者疼痛雖略為舒緩，但患處因長期缺乏活動而令更多肌肉出現黏連；而最後病情會踏進康復期，為時約15至24個月，此時患者的疼痛及僵硬情況可得到舒緩。

治療方面，醫生會為患者處方口服消炎止痛藥，病情適合患者可接受肩關節低濃度類固醇的注射。不過若患者處於患病較後期，肩關節出現僵硬，治療便會集中在手法治療、物理治療及職業治療等，增強肩關節的活動能力，以協助患者盡快康復。

中醫之言：

雖然物理治療對肩周炎具有一定療效，但臨床所見有部份患者會因為疼痛而阻礙活動能力的幅度，使筋腱更為繃緊，令治療效果受限。中醫的針灸能在物理治療期間，幫助紓減患者痛楚。其中一個方式便是用中醫子午流注之法施針。中醫認為一天中的每個時辰、即10個天干12個地支均有相對應的穴位，若透過針灸來刺激該段時間的相關穴位，效果可相得益彰。將此理論套用於肩周炎患者身上，不僅用針較少，而且對於疼痛幅度較廣或疼痛位置變化較大的患者，可達較理想療效。

因此，除了以中西醫協作方式治療腰背痛，肩周炎亦是一個值得探討及發展的疾病範疇，需要進行更多臨床研究，以瞭解西醫、物理治療及中醫等團隊能以哪一種模式通力合作，提高治療效果，令更多病人受惠。

隔周三刊出

撰文：中大醫學院中西醫結合醫務中心醫務主管、家庭醫學專科醫生薛詠珊助理教授

中大醫學院香港中西醫結合醫學研究所兼任導師(臨床)、註冊物理治療師及註冊中醫師陳國正

即時新聞

1 2 3 >>

09:34am 【網絡23條】王永平質疑建制派「有意無意」製造流言

09:13am 黃錦星指2020年香港減碳排放五至六成目標進取
122

08:15am 80後女博士化驗師 創新方法驗賽馬藥
3,452



全新網上私人貸款平台
「新時代 新選擇」
mtree 贊助

07:46am 《蘋果》嚴選工展會部份優惠產品
2,998

07:45am 【動醒晨】工展會1蚊貨足不出戶都有得搶
5,100

07:30am 【冬日健康online】冬灸唔係人人啱做 分分鐘有反效果
2,491

07:00am 有無睇過？YouTube香港十大熱門原創影片排行榜
8,884

07:00am 極珍貴滇金絲猴 個樣奇怪似整容
6,717

影片

最Hot

要聞

突發

娛樂

兩岸

國際

財經

果籽

體育

周刊

賽馬