

中醫傷科

療傷復健兩相宜

文／中醫傷科 主任 徐新政

「醫師，我的脖子又酸又痛又緊，手臂還會麻，需要做復健嗎？」

「醫師，我的手骨斷掉，去國術館一修，好了，可是現在經常酸痛，手也不能彎，是不是要復健呀？」

「醫師，我可不可以一邊接受傷科治療，一面復健，兩種一起做，會不會比較快好？」

因肢體損傷造成腫脹疼痛，甚至嚴重到骨折或脫臼的病人，經過治療後，在門診經常提出上述問題。

按摩推拿，可改善傷病後遺症

中醫傷科治病，從病人受傷之初直到病情復原為止，所用的治療方法不脫「藥」、「針灸」、「手法」三種。「藥」包括內服藥及外用藥；「針灸」即為大家所熟悉的針刺治療及艾灸治療；「手法」則是「按」、「摩」、「推」、「拿」等理筋手法。對於骨折脫臼，中醫在施行徒手整復之後，也會運用理筋手法治療手術後遺症。整個來說，中醫傷科不僅治療病人的急性損傷疾病，也治療病人損傷後或術後的後遺症，治療內容相當於一部分的西醫骨科及復健科。

中醫傷科所治療的疾病範圍包括扭傷、挫傷，骨折、脫臼及骨骼肌肉關節的疾病。這些問題又可區分成骨傷、筋傷兩個部分，骨傷包括肢體各部位的閉鎖性骨折整復治療，關節脫臼也是其一，例如肩關節、肘關節、掌指關節及趾關節的脫臼，甚至顛顎關節脫臼(俗稱脫下巴、落下頰)，中醫傷科都能「手到病除」。筋傷包括一般扭挫傷、慢性勞損、退化性疾病及軟組織發炎等，例如退化性關節炎、風濕性關節炎、肌腱炎、各種損傷造成的軟組織挫傷、疼痛、酸痛及挫傷後遺症等。



望聞問切，治療前先整體考量

所以，中醫傷科的治療內容相當於一部分的西醫骨科及復健科，差別在於中醫傷科沒有器械手術及復健儀器。中醫治療疾病是利用四診「望」「聞」「問」「切」來辨證論治，傷科治療也一樣，先有整體考量再作正確診斷，知道病變的真正位置與病因所在，然後進行治療，而非「頭痛醫頭，腳痛醫腳」。

以一名前臂骨折的病人為例，經過徒手整復及外固定治療，損傷初期先用藥物外敷患處，使能消腫止痛，直至骨折癒合。當疼痛消除，即進入損傷中期，這時會建議病人在手指關節及肩關節部位進行緩和的關節運動（如屈伸或搖轉運動）。損傷後期即骨折完全癒合之前，須施以薰蒸熱敷，促進血液循環，以利患處早日癒合。即便是其他骨骼關節或肌肉肌腱軟組織的疾患，中醫也會依據病情不同表現，予以不同方式的治療。

反求諸己，病人也要配合運動

在治療期間，我們也希望病人居家應配合做適當的活動，自行鍛鍊肢體功能。例如「幼鳥受食」是藉由手臂的伸展屈曲，增強肩關節肌肉的活動，有預防和治療肩關節疾患的功用。「風擺荷葉」是藉由腰部的轉動，改善腰痛，並能固腎養精。諸如此類，不勝枚舉。

除了治療急性病症，對於慢性損傷或有後遺症的病人，中醫傷科也有不同的治療方法來幫助病人早日恢復健康。☯