



針灸取穴

疼痛止步

文／中醫針灸科 醫師 黃敬軒·主任 李育臣

針灸應用於止痛的歷史由來已久，從二千多年前的中醫經典《內經·素問·舉痛論》便已提到「五藏卒痛」，可見一斑。現代醫學也認為針灸可以誘導身體釋放自然止痛物質，進而緩解疼痛，還有抗發炎及解除痙攣的作用。此外，針灸在止痛方面的應用還有遲緩發作效應的特性，遲緩發作效應會讓自然的止痛物質緩慢增加，甚至在針灸後一天才漸漸感受到止痛的效果，持續的針灸治療會讓效果更加明顯。

所謂不通則痛，傳統中醫認為各種原因導致的臟腑經絡氣血運行不暢，或淤滯不行，或產生逆亂，或氣機升降失常等氣血運行障礙的病理改變，都會引發疼痛，故使用針灸刺激特定穴位，可以達到疏通經脈、行氣活血的作用。由於病變部位的氣血運行狀態獲得改善，從而改善了病痛處的血液循環及營養狀態，得以恢復正常的生理活動。也就是說，經絡一旦通暢，臟腑便能恢復相對的陰陽平衡。

人體360個穴位，針灸巧妙運用

針灸是在穴位及經絡上操作，人體經絡共有360個穴位，也是針刺的特定部位，這些點可以平衡和儲存流動的氣。氣是一種在經脈中運行的看不見的能量或者電磁能，針灸可以調整氣的運行，通過經脈管理身體的各個系統，如神經、免疫、循環系、肌肉等等，從而調節氣、血、津液、神經、免疫與臟腑功能。

世界衛生組織（WHO）在1996年公布的64種針灸適應症，包括顏面神經痛、三叉神經痛、坐骨神經痛、帶狀皰疹的神經痛等神經系痛症；肌肉骨骼軟組織的痙攣性疼痛、肌筋膜的轉移疼痛等肌肉骨骼運動系痛症；以及類風溼關節炎的關節疼痛、癌症化放療及手術後的沾黏痛等。

針灸科傳統與現代結合，配合本院疼痛中心，提供正為疼痛所苦者安全有效的治療。☯