



MEDI-CO HEALTH SERVICES

Suite 1, 1/F 185A Forest Road
Hurstville NSW 2220

Phone: (02) 9570 8388

Fax: (02) 9570 6888

Website: www.medi-co.com.au

慢性痛症困擾 56 萬港人

港人經常投訴周身骨痛。目前全港有超過五十六萬名成年人受慢性痛症影響。市民若發現痛楚持續超過三個月，即有可能診斷為慢性痛症。早前有研究發現，港人最常見的痛症是關節痛、肌肉痛，其次是腰背痛和頭痛。引致這些毛病主要因為工作勞損、坐立姿勢不正確，又或者壓力大等。當中尤以女性或年過六十歲的人士，痛楚程度較為嚴重。

接受治療過正常生活

疼痛是一個警號，有些病人頭痛，可能是緊張性頭痛，但亦可能是腦病變。若檢查及治療過後，依然不能控制痛楚，可轉介到麻醉學系痛症科作進一步處理。

經詳細評估後，醫生會用不同方法幫助病人紓痛，例如止痛藥、敷冰袋，或用電流刺激神經線。如有需要，更會安排病人接受物理治療和職業治療，幫助他們重過正常生活和投入工作。若情況沒有改善，部分病人可考慮進行介入性手術止痛，在神經槽附近注射藥物。部分病人的痛楚可以得到相當大的紓緩，嚴重副作用並不常見。

慢性痛症十分困擾病人，有些病人因此出現抑鬱或焦慮，不願外出活動，令痛症惡化，又會加深情緒問題，造成惡性循環，影響生活質素。如果情況嚴重，醫生可能轉介病人到臨床心理學科或精神科，作進一步評估及處理，安排病人接受認知行為治療，教他們學習分散專注力的技巧及鬆弛療法，認識及面對痛楚。

香港大學李嘉誠醫學院麻醉學系

臨床助理教授

張志偉醫生

本文轉載自香港星島日報 – 2009 年 01 月 18 日

如有任何查詢，可電郵至: info@medi-co.com.au。

以上資料由健峰物理治療中心提供，Health Link 編輯及印製。版權所有，不得翻印。

