



懷寧復健科診所

Huaining Rehabilitation Clinic

增生療法是在處理區段的不穩定或不平衡

--- 談談你不知道的增生療法定義。目前不管在運動醫學,疼痛醫學,甚至老人醫學領域,增生療法已經越來越普及,而且民眾詢問度,接受度越來越高;但是在安排治療過程也常常遇到一般民眾對於增生療法的療程安排以及內容有所疑惑所以利用本文來做一些觀念上的澄清。

先說,我支持也執行增生療法,我一直遵循創立增生療法-美國醫師 Dr. George S. Hackett與Gustav Anders Hemwall的理念.簡要的說,增生療法的操作過程是利用注射的方法來促進局部組織的修復力,但今天我要談的是觀念,而且算是大部分民眾比較不清楚的部分。

在增生療法創立者的觀念來講有兩個重點:

第一

增生療法是一種邏輯觀念以及思考方法,而不是一種操作技術。

第二

增生療法是在處理區段的不穩定,或不平衡,而不是單純對影像學看到的損傷組織做治療。

我想辦法把上面的觀念寫成一般人聽得懂的內容

第一點

增生療法是個邏輯觀念以及思考方法

因為增生療法是要來對付造成傷害的原因,而不是只治療受傷的部位。

舉例而言,肩膀的旋轉環肌腱損傷,是因為肩關節力學運作不當,造成反覆的磨損;此刻增生療法的目的,是想改變肩胛骨運作的生物力學;

而一般人則都以為增生療法就是把磨損的肌腱點打針治療,獲得增生。

我就打個比方,假如有幸換了一組新的旋轉環肌腱給你好了,因為你的力學運作不對,你還是一樣,會把把肌腱磨出一個破洞,然後過程就一直受罪一直痛.所以這種對點的增生療法其實沒什麼太大的幫助,反而要去思考改變整個肩關節肩胛骨生物力學的運作.這就是以下進入的第二點

第二點區段的不穩定不平衡的改善



懷寧復健科診所

Huaining Rehabilitation Clinic

再舉另外一個例子，一個反覆發炎的膝關節軟骨，我們會去觸診以及檢查，如果有內側外側側韌帶的鬆動和緊繃；或者髌脛束，鵝頸肌肌腱太緊；又或者是十字韌帶太鬆等問題，那麼增生療法的目標，是在處理這些韌帶和肌腱等軟組織，改變強度和鬆緊度，甚至強化肌力。若能得到膝關節生物力學運作的平衡點，接著軟骨就比較不會被磨到發炎。在影像學看到發炎積水的地方去打增生藥劑，不是增生療法本來的治療方法。

這兩個大的觀念，要先能夠掌握清楚，才能夠擬定正確的治療方向。而其他的細節像是選擇什麼藥？多久打一次？要休息或多久配合運動？就看醫師跟病患怎麼去討論配合了。

臨床上運動員或長期從事運動的人比較有這些觀念。反而一般民眾對上述增生療法的解釋，不一定聽得懂，都還是會堅持要打在受傷的點要增生長回來；增生療法是一個好的，對的治療方法跟觀念，不希望因為不當的期待而造成反彈，所以寫出本文讓大家多多了解。