

# 物理治療 西醫 ≠ 脊骨神經科 ≠



□ 金德維脊醫

**在** 香港，脊骨神經科仍未普遍為人認識。不少初次來求診的病人，會以為脊骨神經科醫生（下稱「脊醫」）是西醫中的骨科醫生，又或是物理治療師，甚至是按摩師與跌打師傅的混合體。為什麼會出現這樣的誤解？脊醫主要治療什麼病症，會採用什麼醫療方法呢？希望讀者可以從本文中找到答案。

## 特色是不用藥物

脊骨神經科的最大特色，是不用藥物或手術來進行治療。而且，脊骨神經科不屬西醫體系，具備獨立的醫學理論。另一方面，雖然脊醫會採用部分物理治療方法，但物理治療師一般是提供西醫所指定的治療，也屬於西醫體系，故脊醫和物理治療師不可以混為一談。

很多身體毛病都是因為身體各系統的功能運作和結構出現不平衡所致，脊骨神經科主要處理這些功能性疾病。脊骨神經科的治療概念，是協助病人的身體結構復位和恢復系統本身的功能，這些結構和系統包括脊椎、骨節、神經和肌腱系統，令有關問題不藥而癒。同時，脊骨神經科是一個有科學根據的醫療體系，並會以系統化的方法為病人診斷和治療。

## 診治程序

一般的診治程序如下：

- 1. 詳細詢問病情、病歷和生活習慣，如有需要，亦會替病人進行X光檢查、化驗或影像掃描，以確定骨骼和受傷情況；



2. 進行靜態和動態觸診，例如觸探患處和進行活動測試，並觀察病理變化，以確定問題部位的位置和身體活動情況；

3. 最後以合適的方法進行治療。

事實上，人體的健康有賴身體各個結構共同發揮功能，各個部分是互相影響和互有關連的，某一結構的改變也會影響身體功能，因而形成疾病。骨骼連結所有肌肉、韌帶和軟骨，而且是身體重要器官和內臟的支架。若骨骼系統和肌肉出現變化，便會影響相關的器官和組織。因此，矯正這些不正常骨骼，便可以治療有關的疾病，又或者說，身體便會自行康復。

## 脊醫已有百多年歷史

脊骨神經科源自美國，已經有百多年歷史。其英文名稱 Chiropractic 中的「chiro」是希臘文「手」的意思。脊醫會以熟練和精巧的手技來調整脊柱，令脊柱附近的脊椎神經和肌肉恢復平衡，從而使各身體器官和系統運作正常。

在這百多年間，脊骨神經科已從美洲傳至加拿大，以至澳洲及歐洲的英國、法國、德國和瑞士，以及亞洲的日本、台灣和香港等。香港的脊骨神經科學會在1967年成立，此後有越來越多脊醫回港執業（香港並無認可的脊骨神經科學院）。1993年，政府通過《脊醫註冊條例》，確認脊醫的地位。目前，本港約有40多名脊醫，近幾年有更多人認識和接受脊骨神經科這種治療方法。

## 治療範圍

不要受脊骨神經科的名稱誤導，以為它只治療脊骨疾病。其實，脊骨神經科處理身體各部分和一切有關骨骼、關節、神經和肌肉系統的疾病，例如：

### 骨骼關節

肩頸痛、腰背痛、足膝痛、關節扭傷等

### 神經

神經痛、坐骨神經痛、新興的職業病手腕管道炎等

### 肌肉

肌腱痛、扭傷、運動創傷等

很多人不清楚自己是否適合接受脊骨神經科治療；其實它適合不同年齡和體質的人，不論是兒

童、老人，甚至是孕婦，因為脊醫會因應不同的身體狀況和身體結構，以不同方法和技術來進行治療。事實上，脊骨神經科能有效治療突發性及慢性的腰背痛症及兒童的骨骼疾病，由於脊醫不用藥物，孕婦接受治療時亦可非常安心。

## 治療方法

### 手療矯正術

脊醫會利用手療矯正術來恢復關節的活動能力和位置，調整關節時會出現「啪」的聲響，很多人擔心「拎骨」的安全性，但卻同時低估手療技術的複雜性。矯正術看來簡單，但快速、短淺和準確的動作背後需要周詳的考慮，而脊醫亦會用最小的力度以達致所需效果。這些矯正動作必有理論根據，例如以不同力度活動不同的部分和幅度，同時亦要考慮肌肉、關節和韌帶的情況。骨節經準確調整後，便可回復原有的機能。

肌肉狀態難免會受關節和骨骼影響，有關的韌帶和關節周圍的軟組織也會受刺激。因此，脊醫在矯正前會先舒緩（或以按摩方法）患處周圍的肌肉，以達到最佳效果，可能因而出現脊醫是「按摩師與跌打師傅的混合體」的說法。

### 輔助治療

脊醫採用的輔助治療方法包括物理治療、電療和冷熱敷等。

### 長期保健

脊醫會因應病況，教病人做針對性的運動，以協助恢復身體機能；另外亦會教病人採取正確的姿勢，及注意飲食習慣，以導致營養均衡，務求不用藥物而能令病人康復和長期保持健康。

越來越多人喜歡用不損身體的自然方法來治療疾病，脊骨神經科便是其中一種不用針藥的醫療技術。脊醫會盡量以最簡單和直接的方法來達到治療目的，並會因應病人的年齡、身體狀況、先天身體結構和病情來診治，協助病人自行康復和恢復身體機能。