

## 中醫改善腰椎滑脫 八十歲阿嬤恢復趴趴走

(寇世菁報導)

八十多歲阿嬤，患有第一級腰椎滑脫症，走路腰痛不已，只好輪椅代步，家人帶往中榮中醫門診就醫，一週兩次針灸治療，配合服用中藥、一個月後，腰部疼痛緩解，原本無法出門的阿嬤，又能外出串門子了。

台中榮總傳統醫學科醫師胡展榕表示，腰椎滑脫多半和退化、外傷、腰部經常過度前彎或後仰姿勢有關，接受中醫治療的時機，最好是確診腰椎滑脫，但還未出現嚴重關節不穩定或嚴重神經壓迫而必須手術介入的情況。

醫師舉例，一位坐輪椅八十多歲阿嬤，患有第一級腰椎滑脫症，家人帶往中榮中醫門診，第一次針灸治療，腰部疼痛就有改善，此後，一週兩次針灸，配合服用中藥，加上持續復健，一個月後，阿嬤腰部疼痛程度與頻率，明顯改善，甚至還能外出逛街，串門子聊天，找回生活樂趣。

醫師指出，針對多數腰椎滑脫患者，中醫可運用針灸改善疼痛，緩解周圍肌肉緊繃，放鬆肌肉，恢復彈性與支撐力，減少骨性移位造成的影響。但針灸療效短暫，因此中醫常搭配中藥治療，改善疼痛、增強肌肉支撐力、促進循環，改善被壓迫的神經。胡展榕醫師表示：腰椎滑脫症以中醫針灸與中藥，可作為非手術治療的一環，不但可改善症狀，也減少患者對止痛藥的依賴，促進整體健康。

