

# 慢性痛症治療

輯錄自「慢性痛症治療」的講座內容  
講者：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

疼痛是人類生存必須具備的感覺，它能提示身體哪部分受創或患病，以便及時得到治療；同時它亦能作為一種警號，避免或防止身體進一步受傷。疼痛雖然有其重要性，但如果長期揮之不去會令人非常困擾，連情緒和日常生活都會受影響。

痛楚感覺是指當痛楚感受器受到刺激時，疼痛訊息會通過脊椎內的疼痛神經細胞傳送到腦部更高的區域。在神經系統的不同位置，上行或下行的神經細胞，可改變疼痛的傳送。神經系統功能障礙也可引致疼痛。然而，很多慢性痛症的成因仍在尋找中。

## 三大類痛症

疼痛可按表現的形式分三類：急性痛是突然出現的痛楚，通常是局部性和痛感劇烈，患者或會同時有流汗、心跳加速、血壓上升等生理反應；慢性痛為持續性疼痛，通常超過三個月或以上，情況時好時壞，患者大多不能確定痛楚何時開始出現和結束，痛症可對患者構成心理或社交障礙；神經痛是慢性痛的一種，由神經系統病變引起。疼痛會自發出現，患處或有灼熱或麻痺感。

持續出現的慢性痛不但令患者感到不適，還會影響他們的情緒和日常生活，小部分病人更有可能出現焦慮、抑鬱等心理問題。醫學界認為慢性痛症並非單純的症狀，而是一種疾病。

## 多管齊下 治療慢性痛症

治療慢性痛症的目標是減低痛症對病人日常生活的干擾，在舒緩疼痛的同時，亦要顧及

治療的副作用，還需要針對痛症對患者的心理、生活、工作及社交各方面的影響。所以，除了痛症科醫生外，亦可能需要臨床心理學家、精神科醫生、物理治療師、職業治療師等的合作以制定一個全面的治療方案。

## 慢性痛症的常用治療

一些慢性痛症患者可先嘗試透過簡單的方法如休息、適量運動和熱敷等紓緩痛楚。而撲熱息痛和非類固醇類消炎藥都是常用的止痛藥，對減輕一般輕至中度痛症有一定幫助。小部分嚴重痛症則需要醫生小心處方的鴉片類止痛藥；至於神經痛則會用到抗抑鬱藥或抗痙攣藥。如病人因痛症影響活動而導致肌肉收緊萎縮，使用肌肉鬆弛藥可改善情況。此外，經皮神經電刺激亦可用於處理痛症，原理是利用微小的電流刺激患處鎮痛，對紓緩輕微痛楚有不錯的療效。

治療慢性痛症還可透過局部麻醉神經阻斷的方式，在患處的神經注入局部麻醉藥或類固醇止痛，止痛效力視乎注射方式和痛症的原因而定，用輸注管於患處持續輸注鎮痛藥物，亦可達到持續止痛的作用。



確定疼痛關節正確的注射位置後，把止痛藥注入其內，以減輕病人的痛楚

## 神經切斷術

痛感由神經線傳遞，將患處的神經線切斷可令痛楚消失，神經切斷術正是基於此原理鎮痛。神經切斷術可以不同的方式進行，常用的方法包括射頻治療、冷凍治療及手術。射頻治療是以射頻的熱力破壞神經線，使之喪失傳遞痛楚的能力；冷凍治療則是利用低溫削弱神經線的傳遞功能；手術是把神經線割斷。

脊髓刺激是較新的痛症療法，方法是在病人脊髓植入電極，調較至適合的電流後將電極接上起搏器，再將起搏器植入病人體內。完成手術後，起搏器便會發出電流刺激脊髓，從而達到止痛的效果。起搏器發出的電流，可刺激脊髓及減低痛楚訊息的傳送，但真正原理仍有待找尋。



為患有腰背痛的病人進行干預痛症手術

此外，在椎管內或脊髓硬膜外植入導管，通過導管注入鎮痛藥物，也能持續舒緩痛楚。以往導管需連接病人體外裝有鎮痛藥物的儀器，使用上較為不便，現時這些儀器亦可同時植入體內，病人便能活動自如。



椎管內導管植入的儀器

## 非藥物治療

部分有複雜痛症的病人，單靠上述生理治療未必能改善病情，他們或需同時接受認知行為治療。臨床心理學家會協助病人了解和接受痛症，並學習與痛症共處，從而逐步恢復正常生活。

除了各種西醫療法外，中醫在治療慢性痛症方面亦有多年的經驗，有些中藥治療和針灸對慢性痛症的療效亦已獲證實。