骨科部

筋骨痠痛治療新選擇
增生注射療法

專科護理師 黃惠玲

阿好姨手腕扭傷疼痛幾個月，連毛巾都無法擰乾。接受「增生注射療法」之後，又能像以前一樣出力把毛巾擰乾了！

何謂「增生注射療法」

「增生注射療法」藉由注射「增生劑」刺激人體軟組織（如肌腱、韌帶、關節軟骨）修復反應，可減輕疼痛及增強軟組織強度。根據統計，接受增生注射治療的病人高達八成有明顯改善。

「增生注射療法」使用的「增生劑」

「增生劑」最常使用高濃度葡萄糖、濃縮血小板血漿（platelet-rich plasma；PRP）。高濃度葡萄糖能誘發組織產生短暫的發炎反應，啟動纖維母細胞，協助人體自我修復。PRP是從自己血液中萃取出來的「高濃度血小板血漿」，血漿裡頭的血小板不只具備止血功能，且富含軟組織修復所需的生長因子，能更有效地達成療效。

「增生注射療法」的適應症

可廣泛運用在各種受傷或退化、自我修復不佳的脊椎關節或肌肉骨骼疾病，如肩頸痠痛、下背痛、網球肘、退化性關節炎、足底筋膜炎、踝扭傷等。

「增生注射療法」的療程

人體修復反應包括「發炎→組織增生→重建修復」3 階段，修復時間需三~六個月時間，治療次數依不同的疾病及嚴重程度有所不同。完整療程約四~六次，每二~六週注射一次。

「增生注射療法」的副作用與注意事項

1. 注射後的兩三天（少數長達一週）可能會輕微痠脹痛感，因發炎反應是組織修復的過程之一，不過此疼痛與緊繃感會逐日減輕。治療後可以熱敷、電療、雷射、超音波等可以促進血液循環和肌肉收縮，使療效更好，也能減少注射後的不適。

2. 注射後五天內，注射部位避免從事激烈運動。

3. 非類固醇消炎止痛藥(NSAIDs)會使血小板活性大幅降低，若有服用，建議停藥至少一週再接受增生注射治療。

4. 其他禁忌症：敗血症、感染、急性或慢性傳染病病人、免疫力低下或造血功能異常病人不適合注射，嚴重肝腎功能異常須與醫師討論決定是否適宜施打。

5. 增生注射治療並非萬能，但可做為病人不想開刀時的一個治療新選擇，若接受完整療程後症狀依然持續，請與醫師討論是否手術治療才能幫助疼痛症狀的緩解。