

復健醫學部

● **學經歷** ● 陽明大學醫學系
高雄榮民總醫院復健部醫師兼神經復健科主任
陽明大學醫學系兼任副教授

● **專長** ● 復健醫學 | 骨關節及神經肌肉疾病之診治及復健



科主任 孫淑芬

高濃度血小板血漿在骨關節炎疾病的應用

退化性骨關節炎是常見的慢性關節疾病，易導致疼痛不適及活動障礙，並降低生活品質。傳統治療包括止痛藥、葡萄糖胺類藥物、減重、關節內注射類固醇或玻尿酸、復健治療，嚴重者需接受手術。近年來「PRP注射」成為熱門的話題，常可在報章雜誌或新聞看到這種新治療方法，例如高球名將老虎伍茲、知名球員林書豪、王建民、羽球球后戴資穎等運動明星及台灣多位知名藝人都曾使用過PRP療法，讓PRP聲名大噪，然而什麼是PRP？關節內PRP注射對骨關節炎是否有效呢？

PRP的全名是Platelet Rich Plasma，即為高濃度血小板血漿，一般是先抽取靜脈的血液（大約7-10cc或更多），經儀器離心處理後，取中間層富含血小板的血漿，再注射入病人體內進行治療。PRP可釋放多種生長因子，促進組織修復再生、調整發炎反應、加速傷口癒合。研究顯示，使用PRP在軟骨受傷位置，可促進軟骨的修復癒合。

近來有不少研究比較關節內PRP注射和關節內玻尿酸注射對骨關節炎的療效，多數結果顯示關節內注射PRP比玻尿酸有更好或至少一樣的效果，且長期的效果明顯優於關節內注射類固醇。部分研究顯示關節內PRP注射可維持一年以上的效果，但療效可能會

隨時間遞減。關節內PRP注射對較年輕、關節炎較輕度的病人，有最佳的療效。多數研究也顯示PRP注射是安全的治療，無明顯副作用。然而最適當的施打劑量、施打次數、效果維持時間等至今尚無定論。依關節病變程度不同，PRP治療的療程可能需單次或多次（3-4次）注射，目前大多為隔週或每三到四週注射一次，半年或一年後可依病情再施打另一個療程。

關節內注射PRP是治療關節炎的新選擇，但部分病人不適合PRP治療，例如血液及免疫疾病、嚴重貧血、血液性感染、慢性肝臟疾病史病人、惡性腫瘤等，應由專業的醫師進行評估。值得提醒的是，退化性關節炎不是打完PRP後就一勞永逸，還須搭配復健，除了靠醫師、物理治療師等人的幫忙，病人本身也要努力，從日常生活習慣做調整，均衡飲食、充足睡眠、正確姿勢、有效運動等，才能達到更好的治療效果。

整體而言，PRP在復健科使用的範圍非常廣泛。除了退化性關節炎外，還包括網球肘、足底筋膜炎、肌肉撕裂傷、肌腱或韌帶受傷、肩膀或手肘等肌腱發炎、軟骨受傷等，但目前PRP治療屬自費項目（健保不給付），價格偏高，有需求者，可至門診掛號與醫師討論洽詢。