

隨著臺灣醫療環境的進步、醫學知識的普及，愈來愈多的民眾曾聽過「復健科」這個名字，「復健科」也逐漸變成每間醫院必備的科部，但是，到底什麼是復健？相信許多人心中都有模糊的問號。就讓我們透過一些簡單的問答來解開您的疑惑吧！

**疑問：** 復健科是什麼？

**回答：** 就像內科、外科、眼科、耳鼻喉科…一樣，復健科是一個醫學專科，由醫師、護理師、治療師所組成的醫療團隊，來為您服務。醫學上，有許多疾病是無法治癒的，例如：中風、心臟病、老化性疾病…等等。它們殘留的後遺症，會大大地影響患者的生活品質。這些疾病雖然無法”治癒”，但利用醫學知識及醫療介入，症狀可以獲得控制、功能可以改善、生活品質也可以提昇，這就是復健科的宗旨。

**疑問：** 肩頸、腰背、手酸痛，為什麼要看復健科？

**回答：** 身體各處的酸痛，可能是骨骼關節疾病引起，或神經疾病引起，復健科醫師可安排 X-光檢查、神經肌電圖檢查、核磁共振檢查…等檢查，以協助確診。在中壯年族群，最常用的原因是過度使用、缺乏休息、或是不當的使用，造成身體各處肌肉肌腱的病變。復健科醫師除了可以執行軟組織超音波檢查，還可以使用口服藥物治療、局部注射治療、超音波導引注射治療、物理儀器治療，並教導正確的肌肉使用方式、伸展過度攣縮的肌肉、強化無力萎縮的肌群，以避免症狀反覆發作。

**疑問：** 退化性關節炎，為什麼要看復健科？

**回答：** 退化是人生必經的歷程，200 年前人類的平均壽命只有 35 歲！身體構造的強度從 30 歲就逐漸下降，而且很不幸現今的醫學並無法返老還童，尤其是退化關節的陣發性發炎更是令人困擾。在選擇手術治療或關節置換術之前，可以先使用口服藥物控制發炎、關節腔內藥物注射、物理治療強化局部代謝自癒功能、接受肌力訓練以減輕關節負荷。這些保守性的療法，可以提供給不想開刀的民眾作為另一個

選擇，讓逐漸老化的身體依然能維持機能、承載歡樂。當保守療法已經無法控制症狀時，復健科醫師也會適時地將您轉診給骨科醫師，評估手術的風險與效益。

**疑問：**坐骨神經痛，為什麼要看復健科？

**回答：**頸部的神經根或腰部的神經根都可能受到壓迫而發生神經痛症狀，若發生在腰部，就成了俗稱的坐骨神經痛。可能造成神經壓迫的部位，包含：椎間盤、骨刺、肌肉（如：梨狀肌）…等等，並不是所有的坐骨神經痛都需要開刀治療，有時傳統的口服藥物治療加上脊椎牽引，就可以有效地達到症狀緩解。症狀改善後，也需要重新訓練腰背核心肌群，以減少症狀復發。當保守治療無法有效緩解症狀時，復健科醫師也會適時地將您轉診至骨科或神經外科醫師，評估手術的風險與效益。

**疑問：**復健科也有治療師進行徒手治療，和國術館的推拿師有什麼不一樣？

**回答：**目前臺灣對於民俗療法並無特別法規和認證。物理治療師是經過學校學習、醫院訓練、國家考試認證的專業人員，其執行的醫療行為也受法律規範，以保障民眾的就醫安全。物理治療師在進行治療之前，患者都會先接受醫師的檢查及診斷，才會針對患者的病灶，進行安全的儀器治療或徒手治療。合格的物理治療師所執行的治療，其安全性與療效皆受到整個醫療界的驗證、監督、與規範。試想，腳踝扭傷若是伴隨韌帶斷裂，還反覆接受推拿拉扯，韌帶裂口是否會擴大呢？相信聰明的您，知道如何保護自己的安全！

復健科的業務並不止於骨關節的疾病，還包含了心肺復健、小兒復健、中風復健、脊髓損傷、運動醫學、語言及吞嚥復健、義肢輔具、癌症復健…等，若您有疑問，歡迎您到復健科門診詢問！

復健部主治醫師 王蕙茜