

中文題目：肌筋膜疼痛症候群的治療與預後

英文題目：The Treatment and Prognosis of Myofascial Pain Syndrome

講座：蔡瀛陽

服務單位：台北榮民總醫院過敏免疫風濕科

### 肌筋膜疼痛症候群的治療與預後

肌痛症的治療方式可分為全身性及局部性治療，全身性的包括矯正一些誘發疼痛的因素，例如營養不足、代謝及內分泌不足、心理因素、慢性病毒或細菌感染、過敏性鼻炎、不良睡眠……等等，必須在詢問病史或檢查患者時一一發掘出來，加上實驗室檢查的幫助，給予適當治療，常常得到很好效果，可免去局部性的治療，這也是內科醫師最能著墨的地方。局部性的治療方式很多，如激痛點注射、肌肉伸展運動、局部肌肉物理治療、生理回饋、水療、脊椎矯正術、針灸……等。但所有的治療目的都在提昇肌肉的能量及耐力。

預後要看上述一些誘發疼痛的因素是否可以矯正或控制，所以每個人預後都相差很大。但建立患者“肌痛症可以控制，不能完全根除”的觀念，卻是醫師重要的任務。