

坐骨神經痛的中醫治療

◎桃園長庚中醫針傷科主治醫師 官佳璇



學歷

長庚大學中醫學系中西醫雙主修

專長

自律神經系統疾病（自律神經失調、失眠、壓力緊張疲勞症候群）、肌肉神經系統疾病、內婦科疾病針灸治療



65 歲王女士，因為反覆腰痛，伴隨疼痛延伸至右側臀部及右腿，嚴重影響行走，久站久走後症狀加重，懷疑自己是否罹患常聽到的坐骨神經痛，擔心是否需要開刀，因此至本院中醫針傷科尋求協助，經針灸調理氣血、疏經通絡之後，症狀改善許多。

坐骨神經痛其實並非疾病名稱，而是臨床上用來描述可能從腰臀部延伸至下肢的疼痛或感覺異常（如麻木、灼熱感）。坐骨神經是一條從腰椎和薦椎神經分出來的神經，由骨盆經臀部穿出行於下肢，若坐骨神經在任何一處受到壓迫即產生廣泛性的腰臀腿疼痛，常見原因包括：

一、神經根病變

神經根指的是從脊髓神經分出來的源頭處，可能因為椎間盤突出、腰椎退化症、椎管狹窄、腰椎滑脫、脊椎腫瘤等原因造成此處神經受到壓迫而產生坐骨神經痛的症狀。

二、骨盆腔內病變

骨盆骨折或骨盆腔內的腫瘤，亦可能影響到坐骨神經本身。

三、臀部梨狀肌之壓迫（即梨狀肌症候群）

坐骨神經在經過梨狀肌下方，有的人因為梨狀肌發炎腫脹、或過度使用造成肌肉緊繃、外傷，或因先天的結構差異，坐骨神經直接穿過梨狀肌內或梨狀肌分成上下兩束，而造成梨狀肌壓迫坐骨神經產生疼痛的症狀。

四、腰椎或薦髂關節問題

腰椎或薦髂關節的退化性關節炎或骨刺造成的關節

疼痛若反射到臀部或腿部，亦可能影響坐骨神經產生類似的症狀。

五、肌肉拉傷

並非所有腰臀下肢疼痛都是由於坐骨神經受壓迫所致，部分患者是由於臀腿處肌肉拉傷，最常見是臀中肌和臀小肌，可能因為過度活動或長時間使用，造成臀部局部有痛點，合併牽引痛，狀況會和坐骨神經痛很相似，因而容易混淆。

由於造成類似坐骨神經痛的原因很多，西醫的治療方法亦不相同，因此根本原因需要進一步探究，才能找到相對應合適的治療方法（復健或手術等）。許多患者希望在決定手術之前可先嘗試其它保守治療的方法，因此至中醫求診。影像學檢查中多少都可能有結構的異常，但是否造成症狀則很難肯定。且仍有少部分的患者在接受手術治療後症狀仍然存在。

從中醫的觀點，當病人的身體在一個氣血比較平衡、通暢的狀態，即使有結構的異常也可能沒有症狀。因此，不管是哪種原因造成的腰臀腿疼痛，都還是要回歸探究病人的身體體質來判斷。通常長時間勞動或年紀較大的患者，身體大多處於虛勞的狀況，從五臟氣血狀態來看，多屬於「肝腎」，而「腰為腎之府」、「肝主筋」、「腎主骨」，所以容易造成腰部或關節的問題，這類病人的治療方法，除了針灸或推拿的手法鬆解緊繃的肌肉、調整回正常的結構來緩解局部的不適，中藥或針灸亦可針對病人本質來處理，視病人狀況補益氣血、調補肝腎等。而外傷的病人，中醫可以從行氣活血、舒筋活絡的方向著手，不管是中藥、針灸或推拿手法都能幫助加速恢復，改善生活的功能和品質。☺

