

體外震波儀 治療女性慢性下腹痛

文、攝影／黃思齊

慢性下腹痛是許多女性朋友的煩惱，有時候就算吃了止痛藥或抗生素還是痛。花蓮慈濟醫院婦產部引進「體外震波儀」，透過非侵入性的體外震波物理治療，解決造成女性下腹痛原因之一的「骨盆底肌肉筋膜炎」(Myofascial Pelvic Pain Syndrome, 簡稱 MFPPS)。花蓮慈院婦產部婦科主任兼婦科微創手術中心主任龐浸醛醫師表示，造成女性下腹痛的原因很多，最容易被忽略的就是骨盆底肌肉筋膜炎。

許多女性朋友都誤以為下腹痛就是經痛造成的，但是常常月經來的時候會痛，月經沒來的時候也痛。龐浸醛主任表示，女性慢性下腹痛的原因，可能是很複雜的狀況或源自於各種各樣的疾病，包含內膜異位症、巧克力囊腫、骨盆腔發炎等等都有可能，因此診斷「骨盆底肌肉筋膜炎」過程需要更多的耐心和專業。而女性骨盆底肌肉筋膜炎是很常見、但卻經常沒被診斷出來的病症。

罹患骨盆底肌肉筋膜炎除了會反覆性下腹痛以外，往往還會伴隨著頻尿、性交疼痛等症狀，臨床上常常嚴重到影響病人的情緒、工作表現、性生活、生活品質、甚至人際關係。大多數骨盆底肌肉筋膜炎的病人，常被當作骨盆腔發炎、內膜異位症或是膀胱過動症、小便



「骨盆底肌肉筋膜炎」(Myofascial Pelvic Pain Syndrome, 簡稱 MFPPS)，在經過醫師評估診斷過後，將會由女性專責技術員協助進行震波治療。

感染來治療，所以，治療效果很有限，而且還可能會吃下不必要的抗生素或其他藥物。

骨盆底肌肉筋膜炎 (MFPPS) 是經年累月造成的慢性病，原因包括：長期站立負重、先前骨盆受傷或挫傷、生產裂傷等；另外，短期內過度的劇烈運動，或者短時間內頻繁的爬山，或者長時間

用下半身用力，也有可能造成骨盆底肌肉筋膜炎。

龐浸醛主任表示，之前就遇到一位牙醫師來求診，說自己腹部長期疼痛，吃了止痛藥也沒辦法改善，經過詳細問診、超音波及內診檢查，才發現這位牙醫師在看診時，為了調整病人位置，以及控制牙科器材，常常需要單側踩踏踏板來做控制，長期下來就造成了骨盆底肌肉筋膜炎的發生。輾轉看了很多婦產科和泌尿科醫師都沒有解決她的問題，最後經龐主任的正確診斷，才得以大幅改善病痛。

龐浸醛主任表示，骨盆底肌肉筋膜炎不但經常沒有被診斷出來，治療的選擇也相當有限，而且療程至少需要六到八個星期，有些嚴重的病人甚至可能需要三個月的療程，才會慢慢康復。

骨盆底肌肉筋膜炎的治療分為兩類：

(1) 藥物治療：

急性期可以經陰道施用局部消炎藥、肌肉鬆弛劑和止痛藥，來放鬆骨盆底肌肉。再補充一些肌肉筋膜修復所需的維他命或營養，降低再復發的機率。若是



體外震波儀治療「骨盆底肌肉筋膜炎」(簡稱MFPPS)，只需要在外陰部進行非侵入性的震波治療。

頑固型骨盆底肌肉筋膜炎，就需要侵入性的藥物注射治療才能改善。

(2) 物理治療：

溫水坐浴，避免做凱格爾骨盆底肌肉強化的運動，以避免刺激骨盆底肌肉收縮，惡化病症；

體外震波：可讓深部骨盆肌肉有效放鬆並解除症狀。

體外震波儀是一臺可輸出電磁震波的復健儀器。透過探頭的弧形矽膠作用的轉換，可將震波聚焦，同時調控震波脈衝長度來治療不同深度的痛症區域。對女性慢性骨盆疼痛症候群或骨盆底肌肉筋膜炎的病人來說，治療只需要在會陰部表面施打震波即可得到改善，屬於體外非侵入性的物理治療，治療時一般只會有短暫的痠痛感。龐浸醛主任表示，完整的療程約進行六到八次，約八成的病人會有改善，約六成的病人會有明顯改善。👍



花蓮慈濟醫院婦產部婦科主任兼婦科微創手術中心主任龐浸醛表示，臨床上，有些病人可以從腹部X光發現可見鈣化點(藍箭頭白點)，這是慢性發炎的證據。