



上為針灸用的毫針，下有葫蘆型持柄者為小針刀

針灸科醫師所用的小針刀，改良自黃帝九針中的鑱針、鋒針及鈹針，不單有同於針灸毫針創口小的優點，且兼有西醫手術刀薄刃可以切鏟的功能，對於慢性軟組織損傷及骨質增生疾患有顯著療效。

針灸針是由針柄與針身所組成，針尖如子彈型。小針刀也是採用不銹鋼製成，分成針刀、針體和針柄，針刀一般與針體的直徑相同，最常見的規格是 0.5 公釐的直徑與 0.5 公釐寬的刃面，所以小針刀的名稱還不如「小刀針」來得貼切呢！

### 兼具針灸毫針與手術刀的優點

小針刀發展至今約有 40 年歷史，由朱漢章教授發明。最初是源於治療俗稱「扳機指」的狹窄性肌腱鞘炎時的靈感，將針灸用的針稍微加粗，模仿手術刀的刀刃，改良而成。現在的針刀上端有一葫蘆型的持柄，是為了識別與調整針刀的方向所設計，且都設計成拋棄式的一次性使用針刀。

從針刀的設計外型而言，針刀可以看作針灸毫針與手術刀的結合，既兼具兩者優點，又彌補了彼此的不足，不但有切割、剝離的功能，而且創傷小，術後恢復快，能降低手術併發症的風險。

### 中醫的軟組織微創鬆解術

以針刀為工具，並以針刀作為主要治療手段的療法，稱為針刀療法。針刀療法的實質是軟組織的微創鬆解術，亦即將小針刀穿刺入皮後，在軟組織上施行治療，藉由穿刺、切割、剝離等方法，解除組織粘連、降低組織張力，解除過高張力對人體組織產生的影響。除了上述較為霸道的治療手法外，針刀本身還兼具傳統針刺可以疏通經絡、調暢氣血的王道功效，所以用小針刀解除沾黏的效果不僅立竿見影，在治療結束後，局部還會持續感受到痠脹的針感。

### 哪些疾患適用小針刀療法？

針刀的操作標的是肌肉、肌腱、韌帶及筋膜，理論基礎建立在慢性軟組織的損傷、無菌性炎症學說、動態平衡失調學說及傳統中醫的經絡學說上，其適應症主要以骨科、復健科常見的軟組織疾患為主，例如現代人長期不當姿勢所造成的慢性痠痛症狀，小針刀就是很好的治療方式。

小針刀的臨床適應症：頸椎病、腰椎病、創傷後的沾黏、手術後的沾黏、扳機指、媽媽手、網球肘、高爾夫球肘、初期的退化性關節炎、慢性勞損腰痛、輕度的腰椎間盤突出症、跟骨骨刺、足底筋膜炎。

## 小針刀的操作步驟

- 術前準備：手術記號筆、優碘、棉籤、無菌紗布。
- 操作步驟：包括定位、定向、加壓分離、刺入等 4 個步驟。首先要確定施術時的體位，如：坐位、臥位、仰躺位、俯臥位，繼而確定施術的位置，通過體表標誌或體表投影來確定治療點。針刀具有刃面，進針前要先思考針刀刺入的方向，刀口線應與欲治療的組織垂直或平行。刺入皮膚時，要快速進針，刺入皮下，速度越快，痛感越小，然後再緩慢深入到病灶。因為在決定治療點時，需應用到解剖的相關知識，所以在考驗施術者對解剖學、層次解剖及表面解剖的瞭解。

## 施術的流程圖

在充分解釋施術的優缺點後，請病患簽署小針刀施術同意書
決定適合施術的體位，或彎腰或側臥，或仰臥或俯臥
以手術記號筆於施術點標記
以優碘及酒精 3 次消毒，比照侵入性治療的消毒標準
以針刀刺入皮膚
施行手法進行鬆解術
出針後以棉球或無菌紗布加壓，預防出血。
確定沒有皮下出血後，以 OK 繃或無菌紗布覆蓋針孔處
觀察 15 分鐘，確定生命徵象穩定後，即可離開
患處須於 24 小時內保持乾燥。

## 小針刀療法的禁忌症

小針刀的禁忌症可分為 7 大類：有出血傾向者、有發熱傾向者、高血壓危象、局部皮膚破損、免疫不全者、惡性腫瘤、孕婦。

以下患者應避免施予針刀治療：

- 血友病、血小板減少症及其他凝血機能不全者
- 嚴重骨質疏鬆，出現廣泛性疼痛或多處壓縮性骨折者
- 急性局部軟組織損傷有可能出血者
- 嚴重貧血、嚴重腫瘤患者
- 嚴重高血壓、冠心病、心肌梗塞、潰瘍病、肝腎功能不全及傳染病者
- 精神疾病患者或過度緊張無法配合者
- 神經性疾病患者
- 腦性疾患所致的運動系統症狀者
- 結核病患者
- 施術部位有紅腫熱或深部膿腫壞死者
- 施術部位有重要神經、動靜脈或主要臟器
- 全身發熱或感染者，嚴重內臟疾患的發作期

### 小針刀治療後應注意事項

- 無論有無出血，出針後，立即按壓施術點 5-15 分鐘
- 功能檢查：術後需檢查施術部位關節的活動角度以及相關肌肉的主動運動功能
- 施術部位必須於 24 小時內保持乾燥清潔
- 治療後約隔 7-10 天方可再度治療
- 治療療程：治療療程視病況嚴重程度而定，少則一回，多則六至十回。但整體療程均較傳統的針刺治療大幅減少。
- 施術後，當疼痛感較為減輕，即可適度局部活動
- 為防暈針，患者不宜空腹接受治療。治療時採取臥姿，比較不易暈針
- 慎防感染

### 可結合中西醫療法一起施治

針刀可結合其他中醫療法，甚至結合西醫復健的方法一起治療，也就是《黃帝內經》所稱的「雜合以治」。這些方法如：

- 傷科的理筋及正骨手法
- 拔罐
- 火針
- 針灸
- 內服疏經活血通絡的藥物
- 西醫復健牽引
- 西醫局部注射

高宗桂醫師與本文作者已於去年創立臺灣的針刀醫學會，會員遍及中西醫界，不僅中醫同道加入頗者頗眾，連近年來崇尚「微創」手術觀念的西醫同道也希望能學習針刀的優點造福病患。針刀之潮，方興未艾，期許日後能造福更多病患。