



# 一根金屬針神奇止痛

## 談針灸止痛原理

文／伍崇弘 臺中慈濟醫院中醫部中醫診斷科主任 攝影／曾秀英

「一九七二年，美國總統尼克森訪問中國大陸，隨行專欄作家雷斯頓突患急性盲腸炎，術後接受針灸止痛，效果奇佳，讓隨行外國醫師歎為觀止，針灸的名聲因此傳揚開來。」這是《台灣光華雜誌》於一九八八年〈中西醫學的對話〉一文中描述：「最震撼西方世界的針灸」。

一根小小的金屬針為何能有如此止痛的療效呢？來自古代中國承襲幾千年歷史的神奇醫術，頓時令西方國家目瞪口呆，也掀起舉世研究風潮。直到二〇〇二年，世界衛生組織整理出《針灸臨床研究報告的回顧與分析》，文中詳細分析針灸治療的病症與範圍，符合實證醫學的文獻，連對中醫始終抱存疑慮的西醫也不得不心服口服。

在這項研究文獻中，針灸符合已通過臨床對照試驗，且證實與疼痛治療有效的病症，包括：膽絞痛、原發性痛經、急性胃脘痛、面部疼痛、頭痛、膝關節痛、腰痛、頸部疼痛、口腔疼痛、肩周炎、術後疼痛、腎絞痛、類風濕性關節炎、坐骨神經痛、扭傷、撞擊、網球肘



臺中慈濟醫院中醫部中醫診斷科主任伍崇弘醫師靈活運用傳統針灸及雷射針灸為病人治療。

等十七種。

而已初步證實有效的病症，則包括：腹痛、癌症疼痛、慢性膽囊炎急性發作、膽石症、耳痛、結膜下注射引起的眼痛、纖維肌痛和筋膜炎、痛風性關節炎、分娩痛、神經痛（帶狀皰疹後）、骨性關節炎、內視鏡檢查引起的疼痛、神經根疼痛和肌筋膜疼痛綜合徵、喉嚨痛等十六種。

這麼多種疼痛都可以透過針灸治療得

到緩解，由此可知，針灸確實具有很好的止痛效果，只是心存好奇的人總是忍不住再問問：一根小小的金屬針為何能有如此神奇的止痛療效呢？

問題本身很簡單，但其中卻有著大學問，要簡單的講，就得從中西醫對疼痛的不同認知說起，二者殊途同歸，結果都印證針灸的效果。

西方科學家「針灸止痛原理」的相關研究，認為針灸之所以能發揮止痛的機制，來自「神經傳遞物質及疼痛調控物質有關」，例如：類鴉片肽、八肽膽囊收縮素、血清素、去甲腎上腺素、麩胺酸、物質 P、血管收縮素 II、體制素、多巴胺、 $\gamma$ -氨基丁酸、腺苷 A1、星狀細胞、食慾素、組織胺等。

中醫則從「疼痛的起源」著手，將疼痛歸納成三個原因，第一個是因外界自

然環境而來，干擾身體的六種因子，包括：風、寒、暑、濕、燥、火，稱做為「六淫」；第二個是自身臟腑所產生的病理性產物，包括：水、濕、痰、飲、瘀，稱作為「內傷」；第三個是外力撞擊、蟲傷、運動或跌倒損傷等所致。

總的來說，中醫認為導致疼痛的機理主要與「不榮則痛」及「不通則痛」有關，「不榮」主要是因氣血供應不足而組織失於濡養；而「不通」則因病理性產物堆積所致的氣血不順暢，二者都會因局部組織血液灌注不足而導致疼痛。

依中醫理論，各個經絡有其專屬循行部位，中醫師透過「經絡辯證」，以經絡的循行部位，及所絡、屬臟腑為基礎，辨清其病位及病性，更精準選擇正確的經絡與穴位，透過針灸治療疼痛。

以上班族常見的肩頸及肩胛痠痛為例，中醫師會選用在太陰經上的穴位如曲池穴下針，改善肩頸痠痛。原因是人體「手陽明大腸經」的循行路徑：「其直者，從肩髃上頸，其支者，繞肩胛，挾脊」，經絡通過肩頸及肩胛，基於「經之所過，治之所及」的治療原則，把不榮不通的地方打通，就能發揮很好的療效。

除了傳統的針灸，「雷射針灸」目前也被臨床廣泛運用，成為疼痛治療的新選擇。雷射針灸兼具雷射光之光生物調解作用及穴位的調解作用，可達到修復組織、緩解發炎及急性或慢性疼痛的效果，連怕痛的老人、幼童都可以適用。🌱

