

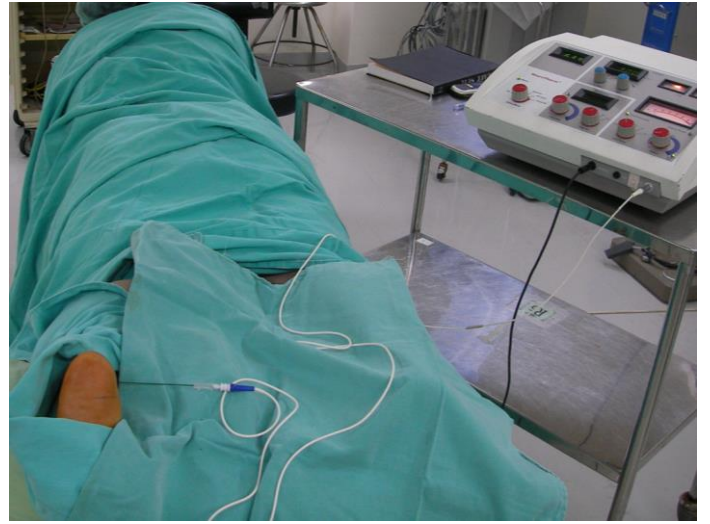
# 認識高頻熱凝療法「足底筋膜炎治療的新利器」及案例分享

日前有一 19 歲現役憲兵軍人，因為任務需要，需著大頭皮鞋，經常踢正步或站哨，爾後因為右足底疼痛，多次於骨科門診求診及影像檢查，診斷為足底筋膜炎。服用止痛藥多時，疼痛仍無法緩減，導致無法遂行任務，甚至因足底疼痛而無法正常步行。經建議，接受高頻熱凝療法治療，止痛療效十分良好，恢復情況至可以正常行走，甚至歸隊站崗，副作用幾乎沒有，僅有皮膚穿刺處有血腫情形。患者很高興接受高頻熱凝療法。

「足底筋膜炎」號發於中年婦女，因為長期跟骨骨刺刺激、足底不當力學支撐、肥胖負重或長期穿著高跟鞋者為多。另外常走鵝卵石健康步道因而創傷的老人家及穿硬底鞋行軍、站哨的軍人，也同為好發危險群。更何況花東地區擁有多處的軍事基地，更非等閒視之。



“足底筋膜”是一片厚且寬，無彈性的纖維組織包覆足底，因為上述原因導致足底因久站或走久，上下樓梯而加重疼痛。而足底筋膜炎引起的病因在於，足底筋膜和腳跟骨連結的部分承受超過足底筋膜所能承受的力量，因而受損後產生小撕裂傷及發炎，然撕裂傷及發炎在經過幾個星期的累積，惡化成嚴重的傷害。一般治療初期，醫師會用非類固醇止痛藥，但有百分之十至五十患者無法忍受因長期使用止痛藥，引起腸胃不適或心臟血管疾病的副作用。另外大多數的患者也不願意接受多次局部注射類固醇。



「**高頻熱凝療法**」是一種簡單的門診手術，不需住院，在醫界已有二十多年運用經驗。但基本仍用於頸背部疼痛，及脊椎術後仍然疼痛...等，但對足部的治療才剛起步。而目前的醫學研究指出其利用高頻產生熱效來將神經去敏感甚至破壞感覺疼痛神經的療法，止痛療效良好，患者接受度高且傷害性小，在追蹤一年後幾乎沒有發現患者惡化。所以若用「高頻熱凝療法」來達到足部迅速止痛，且在無痛的情形下，搭配復健則最具療效，能在最短時間恢復足部健康。醫師特別提醒大家，若無工作職業的考量，多休息或穿著適合的鞋子，少穿高跟鞋或硬底鞋等...。避免長期足底的受力，才能預防“足底筋膜炎”再發作。

**新北市立聯合醫院 腦神經暨脊椎外科編撰**