

## 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 科學 來源 中國時報 日期 90. 5. 17 版面 二十版

## 翹腳看電視 當心臟肌肉筋膜炎疼痛

趙曉寧／台中報導

成天耗在電腦前或喜歡翹個腳看電視，當心罹患肌筋膜炎疼痛。中國醫藥學院附設神經內科最近就接獲好幾起這類病例，患者有的只是高中生，有的已入中年，共同的症狀都是局部疼痛甚至連手都會發麻，但四處求醫仍未找得出真正原因。

中國醫藥學院附設醫院神經內科主治醫師曾鈞宏說，肌筋膜炎疼痛是一般常見的慢性疼痛，發病原因通常是肌肉或軟組織因為長期用力不當或姿勢不良，造成局部慢性損傷或循環不良時，組織細胞在得不到足夠氧氣供應時，無法正常呼吸與新陳代謝下，產生乳酸大量堆積，刺激局部組織，並因而引起慢性疼痛。

在疼痛範圍上，曾鈞宏說，有些是肢體疼痛，有些是軀幹部位如背部或頸部的疼痛，有的並且會延伸到頭部，引起隱隱的頭痛。

由於這類疼痛的部位與一般骨刺引起的疼痛很像，因此很容易被誤診，有人甚至在其他醫院已被斷定必須開刀才轉來，正確判斷後經過兩週的復健便恢復。

這種肌筋膜炎，患者年齡不一，像一名高中生，便是因為每天坐在電腦前上網，一坐四、五個小時，久而久之頭、頸部都維持一個姿勢，開始覺得右手發麻而就醫。

另有一名四十多歲的中年男子，則是習慣把腳翹在面前的茶几上看電視，一看三、四個小時，也引起臀部與腿部疼痛。

