



# 蝦咪係**增生療法** 慢性**疼痛**的剋星

---

成大醫院復健科 鐘毓婷醫師

鐘毓婷醫師製作

醫生，我腳踝扭傷好幾年  
還會痛，是不是不會好了？

其實腳踝扭傷有分兩種...





**輕度**  
**休息即可自然痊癒**

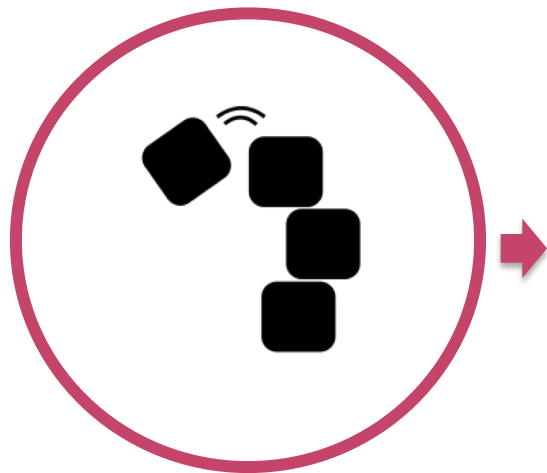


**中重度**  
**連續腫脹超過一週**

## 更常見的狀況是



反覆扭傷



腳踝不穩



慢性疼痛



**慢性疼痛來自於**  
**腳踝韌帶鬆弛**

鐘毓婷醫師製作



**解決鬆弛 = 解決疼痛**



你需要的是**增生療法**

鐘毓婷醫師製作



# 增生療法

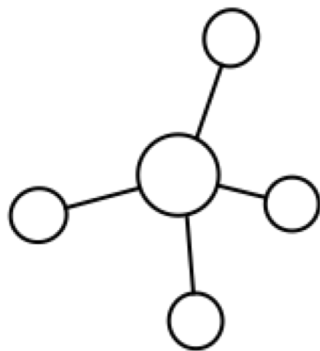
是一種促進組織**再生修復**的注射治療，注射的目標包括身體**關節、韌帶、肌腱**甚至**筋膜**等，可以強化脆弱的肌腱或者韌帶，減低疼痛。





## 增生療法原理

簡單來說，把注射液注射至脆弱的組織處，引起細胞的發炎反應，同時開啟局部組織的修復與再生，進而達到**強化組織、降低疼痛**的效果。



.....

**注射液**的目的是引起組織發炎反應，可以是高濃度葡萄糖水、硫酸鋅、魚油、酚等，經過實驗，目前以**高濃度葡萄糖水(15%-25%)**最為常見。



絕對**不**含類固醇

鐘毓婷醫師製作



## 適應症

慢性腳踝扭傷、長期下背痛、網球肘、肩關節旋轉肌袖損傷等，事實上大部分骨關節疾病都是增生療法適合施打的對象。



## 治療方式及次數

增生療法的治療次數視受傷部位及嚴重程度而定，一般來說一個療程為3-6次，每次間隔一個月；但仍以醫師臨床評估為主。

## 治療期間注意事項

---



**不使用  
消炎藥**



**不使用  
類固醇**



**適度運動**



## 飲食營養

增生療法的目的是促進組織再生，因此建議飲食可以補充足夠的蛋白質、維他命、以及油脂，提供身體組織再生的原料。

# 疼痛剋星



發炎



重組



再生





# 增生療法

## 治好你的慢性疼痛



長年下背痛



慢性網球肘



慢性腳踝扭傷

# 成大醫院復健科 鐘毓婷醫師

	週一	週二	週三	週四	週五
早上0900-1200	斗六	斗六	特約診	總院	
下午1330-1630		斗六			
晚上1800-2100	斗六				

鐘毓婷醫師製作