

標題：腰椎牽引對於治療下背痛病患之必要性

投稿者：張堯舜／臺北市立萬芳醫院物理治療

建議改善之健康照護處置：

根據中央健康保險局統計，民國 93 年在門、住診合計醫療點數前 10 名的疾病當中，椎間盤突出或下背痛排名第 6。可見國人因下背痛就診的比例之高。大部分下背痛患者會至各醫療院所的復健科或骨科就診並接受物理治療。然而針對診斷為下背痛之患者，醫師所開立的治療醫囑中大多包含腰椎牽引此項治療項目。不過臨床上腰椎牽引對下背痛患者的治療效果並無一致性，另外以治療室空間分配而言，腰椎牽引機的機體較大，壓縮了進行其他物理治療項目之空間。而腰椎牽引在治療所耗費的時間，也相對較其他治療方式長。因此在下背痛患者日益漸增的環境下，同時考量治療成效、空間及時間成本，希望透過實證醫學來探討腰椎牽引對於治療下背痛病患之必要性。



實證內容：

在 Cochrane Database of Systematic Reviews (CDSR) 資料庫中，Wegner 等學者於 2013 年發表一篇探討腰椎牽引對治療下背痛之效果的系統性回顧文獻中，收錄了 32 篇研究，一共 2762 位下背痛患者。大部分研究的受試者包含了急性、亞急性與慢性下背痛的患者，並追蹤了 1 至 16 週之效果。效果評估包含：疼痛程度(pain scale)、功能性狀態(functional status)與整體改善(global improvements)。該系統性回顧文獻主要的結果：

- **腰椎牽引組與安慰劑組對於下背痛治療效果比較：**
經過 12—16 週的追蹤，在疼痛程度與整體改善方面，兩組之間並無顯著的差異。
(以上結果皆有達到 moderate quality 的證據等級)
- **腰椎牽引組與其他物理治療對於下背痛治療效果比較：**
經過 12—16 週的追蹤，在疼痛程度與功能性狀態兩者間皆無顯著差異，而在整體改善方面，則有一篇研究顯示腰椎牽引有臨床上的顯著進步。
(以上結果皆只有 low quality 的證據等級)
- **腰椎牽引組與其他治療對於下背痛治療效果比較：**
經過 12—16 週的追蹤，在疼痛程度、功能性狀態與整體改善方面兩組之間都無顯著差異。
(疼痛程度與功能性狀態的結果有達到 moderate quality 的證據等級，而整體改善的結果則只有 low quality 的證據等級)

該文獻作者的結論表示，腰椎牽引不論是否配合其他治療，對於改善下背痛病患之疼痛程度、功能性狀態與整體改善只有些許或無明顯的效果。

結論：

根據該 Cochrane 實證文獻的結果，腰椎牽引對治療下背痛並無特別顯著之效果。因此建議可於臨床推廣減少在治療下背痛患者時使用腰椎牽引的比例，並多嘗試不同的物理治療項目例如徒手治療、運動治療等，以提升下背痛的治療成效同時降低醫療上的時間及空間成本。

參考文獻：

Wegner, I., Widyahening, I.S., van Tulder, M.W., Blomberg, S.E.I., de Vet, H.C.W., Brønfort, G. et al, Traction for low –back pain with or without sciatica. Cochrane Database Syst Rev. 2013;8 : Article No. : CD003010.