

物理治療背痛

效果成疑

2004年9月 東方日報

英國牛津大學和華威大學的研究人員

發現，單靠每周物理治療醫治背痛的患者，並不見得比只接受一次物理治療並跟從治療師指示的患者更快康復。

兩家大學的研究人員，對患有腰背痛超過六周的二百八十六名病人的診治方法進行分析，當中一百四十四人接受物理治療，其餘一百四十二人獲物理治療師提供意見如何保持身體活躍。經過十二個月後，他們發現兩組病人對自己病況的感覺分別不大。

跟指示「自療」效果相若

研究人員在二、六及十二個月時，量度參與計畫人士的活動不便程度，並且查詢他們感

到診治方法是否有效。接受物理治療一組可能有較多人表示治療有用，但卻無證據顯示物理治療具有長期療效。在十二個月後，兩組人的活動不便程度基本沒有分別。

這次研究報告的撰寫人之一、華威大學公共衛生教授斯圖爾特說：「研究證明沒有甚麼神奇方法可根治背痛。」他指假如病者不自行努力運動，保持身體柔軟靈活，單靠物理治療的話成效根本不大。另一位醫生表示，此項研究未必證明物理治療無效，而物理治療師提供意見亦是一種診治方法。

■本報綜合報道

醫健新知

英國牛津大學和華威大學 (The University of Warwick) 將286名腰痛病人分為兩組，一組定期接受物理治療，另一組根據物理治療師的意見作自我治療，12月後發現兩組患者的進度相若，華威大學公共衛生教授斯圖爾特表示無證據顯示物理治療具有長期療效。