

壓力治療的廣泛臨床應用

楊麗菁 香港雅麗氏何妙齡那打素醫院一級職業治療師

方少麗 香港瑪嘉烈醫院高級職業治療師

早在1835年，有文獻記載 Rayer 用壓力控制胸前的疤痕，能減細疤痕 Silverstein在1971年開始製作壓力衣用於臨床。職業治療師運用壓力計算原理，按病人需要，透過不同物料製作的壓力衣，壓力墊或壓力支架等，來提供壓力治療。以下為臨床証實有良好成效的常見壓力治療應用。

功能: 控制疤痕，促使其成熟

應用: 燒傷、燙傷或手術後長出的增生性疤痕；暗瘡或穿耳孔後發炎等原因引發的癍痕疙瘩。

原理: 持續施以適當壓力，可以減少局部的血液供給，阻礙膠原纖維的合成、毛細血管的增生和肌成纖維細胞的收縮，使膠原纖維的排列趨於平行、膠原結節減少，從而加速癍痕成熟、減輕癍痕增生、減輕癢痛。臨床經驗及科研結果證實：長期每日使用約 23 小時

5-15mmHg 压力，效果理想。



功能:改善血液循環

應用：靜脈曲張

原理：利用漸進式壓力襪或襪褲，促進下肢靜脈內血液循環，減少因瓣膜閉鎖引起的血液回流，改善血液流動，減低血液積存在靜脈內，形成曲張，從而舒緩漲痛，痕癢等徵狀，和增加站立及步行耐力。



功能： 改善淋巴循環

應用：乳癌（淋巴系統受淋巴切除手術或電療破壞）

原理：壓力衣或淋巴回流推動機的壓力能減少上肢組織內的空隙，減少組織內的液體積聚，及促使組織液經淋巴管進入淋巴系統成為淋巴液，改善循環，減少肢體腫脹、下墜感覺，也能減少發炎機會。



功能： 減輕痛楚

應用1：疝(俗稱小腸氣)

例如：切口疝 Incisional Hernia，
腹股溝疝 Inguinal Hernia

原理：壓力腹帶或壓力褲連壓力墊，提供外在壓力抗衡腹內壓，阻止疝塊突出，促使疝內容物納回腹腔，減少痛楚不適。

應用2：懷孕引致的恥骨疼痛等

原理：骨盆壓力帶提供外在壓力，隱固骨盆，阻止恥骨過度分離或移位，減少姿勢轉移時的痛楚不適。

