



即時發布

養和發佈關於都市人痛症情況的問卷調查結果 三千名受訪者中逾四成有長期痛症 專科醫生指慢性痛症不容忽視

(2024年4月16日,香港)都市人因疾病或壓力引致疼痛的情況愈趨普遍,若痛症持續超過三個月,對患者的睡眠、情緒、集中力、與家人關係及社交生活都有負面影響,實在不容忽視。早前養和醫療集團(養和)進行了一項有關痛症的問卷調查,共收集3,018名受訪者的意見,包括981名(33%)男性和2,037名(67%)女性,以了解他們的疼痛情況和處理疼痛的方法。

是項調查發現超過七成半(2,306名)受訪者在過去一個月曾經歷疼痛,並以女性居多,約八成受訪女性表示過去一個月內身體有痛症。另外,逾半受訪者表示疼痛涉及多於一個部位,而逾四成受訪者更出現持續三個月或以上的慢性疼痛問題。受訪者一般會採取不同方法解決疼痛情況。此外,約半數受訪者認為疼痛對其日常生活造成影響,甚至會導致情緒及精神健康問題。

是次調查主要透過媒體的網上平台以電子問卷訪問形式向市民了解痛症的經驗,亦有少部份問卷經由合作夥伴及養和轄下的專科門診向公眾收集,並於上季度完成。受訪者的年齡分佈為25-34歲(22%),35-44歲(30%),45-54歲(22%),55-64歲(17%),其餘為18歲以下或65歲以上。43%受訪者有慢性疼痛(即持續三個月或以上),當中約27%受訪者的疼痛情況更持續一年以上。

疼痛的部位以肩頸居多,佔表示有痛症的受訪者之62%(1438名),其次是腰背(38%,866名);此外,較常見的還有頭痛和涉及手腳及膝蓋的痛症。年輕的受訪者(介乎18至34歲)較多表示不確定疼痛的原因,亦有人認為是「身體機能退化」、「血液循環」或「受傷」所致,中年以上(35歲或以上受訪者)則大都認為疼痛是「身體機能退化」所致。當經歷疼痛,近六成受訪者選擇以休息緩解,其他方法包括按摩或冷熱敷(47%)、放鬆或運動(39%)、服用止痛藥(37%),有三成受訪者表示除了採用其他方法外,亦會選擇求醫(31%)。

調查亦顯示痛症會為患者日常生活帶來不少影響,接近六成受訪者認為最甚者是影響睡眠作息;對上班一族來說,痛症也對工作的效率及表現構成影響。有44%的受訪者認為疼痛會令人情緒和精神健康欠佳,22%更指社交及人際關係也會受到影響。

養和醫院麻醉科名譽顧問醫生、麻醉科專科醫生李振垣醫生回應說:「疼痛不只影響患者的活動能力,更會導致睡眠質素差、精神緊張、專注力下降等,為工作及社交生活帶來負面影響。持續疼痛而未有適當處理,會為患者帶來壓力和困擾,甚至引致焦慮和抑鬱症,焦慮及緊張情緒會令身體對疼痛的忍耐度下降,導致痛感加劇,繼而形成惡性循環。」

根據過去的調查報告,本港患有慢性疼痛的人口比率由1999年的10.8%¹上升至2013年的28.7%²。養和醫療集團首席醫療總監、養和醫院副院長陳煥堂醫生表示:「都市人因工作過勞

¹ Ng KF, Tsui SL, Chan WS. Prevalence of common chronic pain in Hong Kong adults. Clin J Pain. 2002 Sep-Oct;18(5):275-81.



或慣常低頭使用電子產品，經常會出現肩頸背痛等問題，我們家庭醫學及基層醫療中心的醫生也經常接觸痛症的個案。門診醫生會透過臨床診斷找出痛症的病因，例如有病人因胃痛求診，最後發現是心臟出現問題，亦有病人突然劇烈頭痛和嘔吐，經檢查眼內壓，初步確診為急性青光眼，需緊急轉介眼科專科醫生進行手術，否則會致盲。因此，我們的門診醫生會因應患者病況轉介至其他專科，如：骨科、腦神經科、復康科、風濕病科等，以確定是否有更複雜的病因需作進一步治療。有些疾病如癌症若得到治療，而痛症仍未消除，我們會轉介給痛症科醫生進行介入性治療。市民若受到長期痛症困擾，又已尋訪不同專科，但久久未能緩解疼痛問題，便可能要考慮尋求痛症科的協助。」

世界衛生組織早於 2000 年已提出「慢性疼痛是一類疾病」，而非單純只是一種徵狀或難受感覺，並於 2018 年把慢性疼痛分為七大類：原發性疼痛、癌症相關疼痛、神經性疼痛、創傷或術後疼痛、內臟痛、頭痛或頷面痛，以及肌肉骨骼疼痛。³當中肌肉骨骼疼痛，如關節痛、肌肉痛、背痛等在香港最為常見，其次是神經性疼痛²，此類疼痛是由於中樞神經系統受損或疾病引起，例如帶狀皰疹後神經痛（屬「生蛇」最常見併發症）和三叉神經痛等。然而，慢性疼痛不容易找到病因，而且每名病人所經歷的疼痛程度和範圍也不盡相同，要有效地管理痛症，醫學界一直主張以跨專科治療方式診治慢性疼痛。⁴

養和醫院麻醉科名譽顧問醫生、麻醉科專科醫生張志偉醫生表示：「很多人低估疼痛所帶來的影響，部分病人認為自行服用止痛藥可以紓解痛楚，但延誤治療有可能令疼痛問題惡化。有效的痛症治療需要跨專科醫療團隊的合作和資源協調，最終目標是為患者減輕疼痛，並維持他們的生活質素。臨床上我遇過不少嚴重個案，如癌痛、三叉神經痛、脊椎神經痛等涉及神經線的長期痛症，我們可採取不同的治療方法處理，例如神經射頻消融術，以熱力燒灼神經線，阻截疼痛信號的傳遞，有效減輕痛楚和減少對藥物的依賴。」他強調，若患者持續三個月或以上經歷疼痛，已排除感染及腫瘤風險，而所用治療未能有效地改善疼痛情況，便應尋求痛症科治療。

養和醫院麻醉科名譽顧問醫生、疼痛醫學專科醫生唐家輝醫生表示：「治療痛症一般會先採用非藥物方式，有需要時再按疼痛的類型和嚴重程度處方口服止痛藥物。若藥物未能有效紓緩痛楚，或患者無法承受藥物副作用，則可考慮介入性治療，例如在超聲波引導下於神經線或神經叢局部注射類固醇及/或麻醉藥，準確地阻截痛楚訊號傳遞和減輕神經發炎情況。超聲波亦可在痛症患處注射不同的藥物，希望達到治標和治本的效果。」

上述提及的介入治療方法屬入侵性治療，必須由經過專業培訓的痛症科醫生施行。其中射頻治療需在 X 光或超聲波輔助下，醫生把電極針插至目標神經範圍，針頭釋放射頻能量達到攝氏 42 度以上溫度，以破壞神經纖維，阻截神經傳遞痛楚信號。另一方法是冷凍治療，醫生會把

² Cheung CW, Choi SW, Wong SSC, Lee Y, Irwin MG. Changes in Prevalence, Outcomes, and Help-seeking Behavior of Chronic Pain in an Aging Population Over the Last Decade. *Pain Pract.* 2017 Jun;17(5):643-654.

³ World Health Organization. International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11). The global standard for diagnostic health information. <https://icd.who.int/en>.

⁴ Chen PP. Multidisciplinary approach to chronic pain management. *HKMJ.* 1996;2: 401-4.



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

冷凍探針置於目標神經附近，透過液態二氧化碳製造攝氏負 78 度的冰球，以低溫破壞神經組織，削弱神經傳遞痛楚的功能，從而達到止痛的效果。

張志偉醫生建議如嘗試過多種方法仍無法止痛，可考慮脊髓刺激療法，通過手術把起搏器植入體內，起搏器所發出的電流能夠改變神經活動，阻截傳遞至大腦的疼痛信號，達致較持久的止痛效果。

-完-

如有查詢，請聯絡：

養和醫療集團傳訊部

鄭靄玲 電話：2917 5828

陳凱怡 電話：2917 5829

蘆儀 電話：2917 5841

電郵：media@cad.hksh.com

關於養和醫療集團

養和醫療集團於 2017 年 9 月 28 日正式啟動，旗下成員分別有養和醫院、養和醫健、養和東區醫療中心及養和癌症中心。養和醫療集團以全方位策略，透過優質臨床醫療服務、醫學教育和科研，以及公眾健康教育，推動公共衛生及醫學發展，致力為病人提供全人關顧的優質醫療及護理服務。

養和醫院是養和醫療集團之重要成員，成立於 1922 年，為香港主要私營醫院之一，以「優質服務·卓越護理」為宗旨，致力服務大眾，並積極推動醫學教育和研究。

關於養和醫療集團，請瀏覽 www.hksh.com.

養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com



養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

圖片說明：

1. 養和一項問卷調查發現四成三受訪者有慢性疼痛問題。養和醫療集團首席醫療總監、養和醫院副院長**陳煥堂**醫生（左二）、養和醫院麻醉科名譽顧問醫生**李振垣**醫生（右二）、養和醫院麻醉科名譽顧問醫生**張志偉**醫生（右一）及養和醫院疼痛醫學專科醫生**唐家輝**醫生（左一）呼籲大眾如疼痛持續三個月或以上應盡快求醫，找出痛楚根源對症下藥。



2. **張志偉**醫生示範射頻治療，其原理是透過電極針於目標神經範圍釋放達攝氏 42 度以上的射頻能量，以熱力燒灼神經線並破壞神經纖維，從而阻截神經傳遞痛楚信號，有效減輕痛楚和減少對藥物的依賴。



養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:

Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com



3. 張志偉醫生建議如嘗試過多種方法仍無法止痛，可考慮脊髓刺激療法，通過手術把起搏器植入體內，起搏器所發出的電流能改變神經活動，阻截傳遞至大腦的疼痛信號，達致較持久的止痛效果。





養和醫療
HKSH MEDICAL GROUP

4. 唐家輝醫生示範冷凍治療，把冷凍探針置於目標神經附近，透過液態二氧化碳製造攝氏負78度的冰球，利用低溫破壞神經組織，削弱神經傳遞痛楚的功能，以達到止痛的效果。



養和醫療集團有限公司
HKSH Medical Group Limited

香港跑馬地山村道2號
2 Village Road, Happy Valley, Hong Kong

電話 Tel : (852) 2835 8800
傳真 Fax : (852) 2835 8008
電郵 Email : medicalgroup@hksh.com



Members of HKSH Medical Group:
Hong Kong Sanatorium & Hospital | HKSH Healthcare | HKSH Eastern Medical Centre | HKSH Cancer Centre

www.hksh.com