

整脊能治百病？

雖然有些整脊治療師（譯註：或譯整脊師、整脊醫師、脊骨神經醫師）以全人治療者（譯註：或譯整體癒療師）自居來自我行銷，但其他整脊治療師卻堅持，堅守本行才是最佳良藥

01-16

整脊治療師以擅長治療背痛和頸部疼痛著稱，不過，他們親自動手進行的脊椎推拿，是不是還能治療腹絞痛、氣喘、耳部感染、過敏和消化疾病呢？

雖然這種說法具有爭議性，但一些整脊治療師已經開始以全人式主治醫療師的身分來積極自我行銷，聲稱可以治療各式各樣疾病，從胃酸逆流到不孕症都能治。但其他整脊治療師則認為，還是應該專注於如背痛等肌肉與骨骼失調症，因為整脊治療這類疾病的效果最顯著。

雖然傳統治療師往往對他們嗤之以鼻，認為那些宣稱毫無根據的主流。許多醫療方案和美國醫療補助計畫，如今都可給付整脊的費用，而定期接受整脊的患者則從慢性病患到專業運動員及奧運選手都包括在內。據美國國家輔助及另類醫療中心指出，全美估計有百分之八點六的成年人接受過整脊或整骨推拿。

一般療程

整脊治療師一般都是突然使力在脊椎某處，以便紓解僵硬的關節，據他們的說法是，這樣能促使人體展開自然療癒的過程。首次看診時，整脊治療師一般都會先了解患者的病史，並進行身體檢查，而重點則放在脊椎上，還可能 X 光，接著可能會讓患者面朝下或側躺在醫療用診療桌上，以便為患者進行脊椎「矯正」。

專家指出，這些療法證明的確能減輕下背部疼痛，雖然整脊之所以能達到這種效果的明確原因，仍有待研究人員進一步探究。

芝加哥復健研究院的脊椎與運動復健中心醫療主任喬·普雷斯指出，沒有藥物處方、也不用動手術的純手技推拿療法，可望成為「肌肉骨骼保健的良好輔助。」該中心聘有兩名整脊治療師。

01-18

不過，整脊健康中心卻運用脊椎矯正來治療各式各樣似乎和脊椎無關的疾病。除此之外，該中心也鼓勵一般人定期上門接受保養性的整脊，以預防疾病發生。

整脊健康中心的醫療理念，源自於十九世紀晚期的整脊推拿觀念，雖然如今有很多人都認為這種觀念既不科學又嫌過時。根據這種理論，脊椎被視為整體健康的關鍵，而人體的疾病源自於「脊骨錯位」，整脊治療師用這個名詞來代表脊椎不正。

整脊健康中心執行長史都華·柏恩森指出，「無論在過去，或是現在，這種理念的大前提都是，脊骨和神經系統是掌管、協調人體所有功能的主宰系統。」

反對的看法

不過，其實只有少數整脊治療師仍堅持脊椎是疾病之源的原始理論。持相反意見整脊治療師，則採用更現代化、有佐證為基礎的療法，焦點鎖定在肌肉與骨骼症狀的診斷、評估及治療，並使用各式各樣的技巧，但不使用處方藥，也不動手術。

伊利諾州美國健康科學（譯註：或譯醫護、醫學）大學校長、也是脊骨神經醫師的吉姆·溫特史坦表示，毫無證據可供佐證，「該校是全美獲得認證的十八所整脊醫療（或譯脊骨神經學）學校之一，「而且我個人也絕對不會暗示，脊椎矯正能治好人體所有疾病，其實整脊的功能就和運動、營養及改變生活方式類似，而所有這些方式都只是讓人變得更健康的利器而已。」

溫特史坦也反駁了定期矯正脊椎有助改善整體健康的說法，理由同樣是因為這種聲稱毫無科學根

據。

「這種說法，其實只有一些人們似乎變得更健康的軼事作為案例——但脊椎推拿原本就會對神經系統造成影響，有時的確可能帶來戲劇性的效果——但截至目前為止，頂多就只能這麼說了，」他如此表示。