

出國報告（出國類別：進修）

進修美國 Herman & Wallace
Pelvic Function Level II 課程

服務機關：國立成功大學醫學院附設醫院

姓名職稱：黃挺鈞 物理治療師

派赴國家：美國

出國期間：2025/10/10-2025/10/14

報告日期：2025/10/16

摘要

隨著台灣 2025 年邁入超高齡社會，男性骨盆健康議題日益受到國際關注，但國內在前列腺癌術後尿失禁、勃起功能障礙及慢性骨盆疼痛等相關物理治療仍較少被重視，相關評估與治療亦未納入教學體系。

本次赴美研習，參加 Herman & Wallace Pelvic Rehabilitation Institute（骨盆復健學院）開設的 **Pelvic Function Level 2C - Men' s Pelvic Health and Rehabilitation**（骨盆功能第二級 C：男性骨盆健康與復健）課程。並與美國物理治療師進行臨床交流。課程以實證為本及創傷知情理念為核心，系統性介紹男性骨盆功能障礙的臨床評估、治療介入及患者教育策略。

研習重點涵蓋男性骨盆功能障礙常見病症的臨床特徵與處理策略，外部及內部骨盆肌群的觸診與評估技巧，以及多模式復健計畫設計，包括病人教育、神經再教育、治療性運動、徒手治療、功能性活動訓練、自我照護及儀器輔助治療。

本次研習可將先進的男性骨盆健康評估與治療技術應用於臨床，提升國內照護水準，並為未來超高齡化社會男性骨盆健康教學與研究奠定基礎。

關鍵字：前列腺術後尿失禁、勃起功能障礙、慢性骨盆疼痛、骨盆底肌物理治療

目次

一、 目的.....	1
二、 過程.....	2
(一) 進修機構簡介.....	2
(二) 課程架構與實施方式.....	3
三、 心得.....	5
四、 建議事項.....	6

一、目的

隨著台灣進入超高齡化社會，男性骨盆健康議題逐漸受到重視，但在前列腺術後尿失禁、勃起功能障礙及慢性骨盆疼痛等臨床治療上仍相對不足。為深化臨床知識與治療技巧，並針對上述問題進行專業提升，我報名參加美國 Herman & Wallace Institute 所舉辦的 **Pelvic Function Level 2C** 課程。

該課程為國際知名骨盆復健教育體系的中階課程，承接基礎課程「Pelvic Function Level 1: Introduction to Pelvic Health」，進一步聚焦男性骨盆功能障礙的臨床評估、治療介入及患者教育策略。期望藉由此次研習，將先進的評估與治療技術應用於臨床，提升患者照護水準，並為未來相關教學與研究奠定基礎。

二、過程

（一）進修機構簡介

本次進修課程由 Herman & Wallace Pelvic Rehabilitation Institute (Herman & Wallace 骨盆復健學院) 主辦，該學院自 2005 年由資深骨盆健康物理治療師 Holly Herman 與 Kathe Wallace 創立以來，一直是全球骨盆健康教育的重要推手。學院專注於提供高品質、循證為本的專業培訓課程，課程面向涵蓋來自世界各地的物理治療師與職能治療師，是國際骨盆健康專業領域的領導機構之一。

課程內容與學習重點

課程以實證為本 (evidence-informed) 與創傷知情 (trauma-informed) 理念為核心，系統性地介紹男性骨盆功能障礙的臨床評估、治療介入及患者教育策略。

主要內容包括：

- 男性骨盆功能障礙常見病症之臨床特徵與處理策略，如：前列腺切除術後尿失禁、勃起功能障礙、慢性骨盆疼痛、陰囊與睪丸疼痛、陰莖疼痛、頻尿及急尿等。
- 外部與內部（肛直腸）之骨盆評估技巧，包括腹部、臀部、會陰部及肛門周圍肌群之觀察與觸診。
- 使用臨床評估工具及生活品質問卷，建立客觀化的治療成效指標。
- 建立多模式 (multi-modal) 骨盆復健計畫，包括病人教育、神經再教育、治療性運動、徒手治療、功能性活動訓練、自我照護及相關儀器治療。

課程內容強調臨床實用性，所有技巧均可立即應用於臨床實務。每日皆設有實作實驗時段，由講師進行現場指導，協助受訓者熟悉男性骨盆結構觸診與評估方式。



圖一、Hollis Herman 與 Kathe Wallace 為 Herman & Wallace 骨盆復健學院的創辦人。

（二）課程架構與實施方式

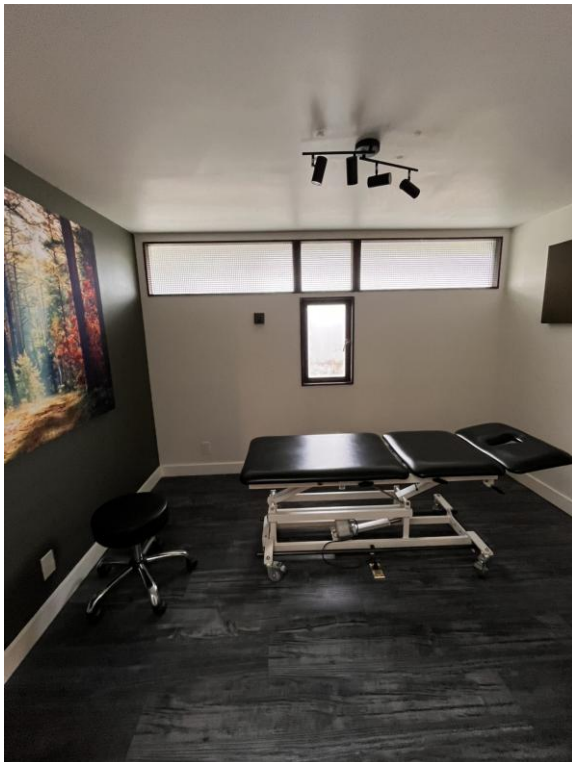
Pelvic Function Level 2C 為中階課程，專為有興趣從事男性及男性骨盆健康臨床工作的專業人員設計，提供深入且關鍵的臨床知識與技能。本課程適用於治療前列腺術後尿失禁、勃起功能障礙及慢性骨盆疼痛（CPP）患者。課程內容涵蓋常見症狀，如陰莖硬/軟、尿急/頻尿、陰囊、睪丸及陰莖疼痛等，並探討如何透過骨盆復健改善患者功能與生活品質。

實作課程包括外部腹部、臀部、會陰部及內部肛直腸的操作方法，課程中皆有專業教師指導操作，確保技能正確掌握。課程強調 **創傷知情（trauma-informed）** 與 **實證為本（evidence-informed）** 的評估與介入方式，並介紹療效量表與生活品質問卷，使受訓臨床人員能將所學立即應用於臨床。

課程重點：

- 識別男性骨盆健康相關常見症狀與功能限制
- 運用相關評估工具與療效量表進行臨床評估
- 設計多模式骨盆復健照護計畫
- 依據患者需求與目標執行臨床介入

臨床介入方式包括病人教育、神經再教育、治療性運動、徒手治療、功能性活動訓練、自我照護指導，以及相關治療儀器的應用建議。此課程由先前「男性骨盆底」課程發展而來，是 **Pelvic Function Series Level 1** 的進階延伸，能有效提升臨床評估與治療能力。



圖二、執行骨盆底肌功能評估時所使用的診療床

課程開始由講師介紹男性骨盆的解剖結構，包括骨骼與肌肉的定位，並進行相關觸診示範。隨後講解骨盆生殖系統的感覺與反射機制，帶領受訓者實際操作外部與內部的評估及治療技巧。外部觸診的練習內容涵蓋腹股溝管、恥骨周圍軟組織及精索等部位，並示範如何指導個案進行由臨床人員指導的自我陰莖伸展訓練。內部觸診部分則聚焦於肛門內的骨盆底肌群及其鄰近結構，如腰部筋膜與臀部肌群。課程中，受訓者輪流扮演治療師與個案角色，以熟悉操作流程、力道掌握及臨床溝通方式，進一步強化臨床實務中的觸診敏感度與專業互動技巧。

實作課程安排了多個直接操作時段，包括外部腹部、臀部、會陰部觸診，以及內部肛直腸骨盆底肌操作。老師在操作示範後提供指導與回饋，並強調創傷知情與實證為本的評估與治療原則。課程同時講解術後尿失禁、勃起功能障礙及慢性骨盆疼痛等常見男性骨盆功能障礙的臨床處理策略，並示範如何整合多模式復健計畫，包括病人教育、神經再教育、治療性運動、徒手治療及功能性活動訓練。

課程安排中也包含案例討論與小組互動，受訓者針對不同病症提出問題，老師即時回應並指導臨床判斷與操作技巧。整體課程設計兼具理論講授與大量實作練習，確保受訓者能在專業指導下掌握評估與治療技能。

課程最後安排綜合性個案討論，讓受訓者整合前述所學的解剖、生理、臨床判斷與治療概念，從而深化對男性骨盆健康的整體理解，並具備將所學應用於實際臨床的能力。



圖三、與美國的物理治療師合影

三、心得

在課程一開始，老師針對男性骨盆的結構進行詳細講解，包括骨盆骨骼與肌肉位置的觸診，並介紹骨盆生殖系統的感覺與反射。接著，我們學習外部與內部精細的觸診技巧，包括肛門內部骨盆底肌及鄰近關節與肌群，如腰部筋膜及臀部肌群的操作。課堂上同學輪流扮演病人與治療師，讓我深刻體會到，若要成為一位優秀的治療師，先理解病人的感受至關重要，包括力道掌握、溝通方式，以及在操作前先向病人說明過程細節，讓病人感到安全與信任。

美國課程的講解非常細緻，學生之間也積極交流。目前台灣在男性骨盆健康領域的教學資源仍有限，因此能親身學習並實作操作，對我而言格外珍貴。在課堂中，有同學問老師，是什麼動力支撐他持續投入男性骨盆健康？老師回應，他看到許多男性患者身心瀕臨破碎，希望透過自己的專業幫助他們，同時將熱忱延續至教學，讓更多患者有適切的照護可依循。

這讓我深受啟發，也讓我反思自己在台灣男性骨盆健康領域的角色。雖然求學與進修過程中偶爾感到孤單，但踏出舒適圈，與國際學者交流後，我更堅定了學習並將所學應用於臨床的決心。課堂中老師分享他作為母親，在面對家庭與職業挑戰時仍持續努力，最終成為專業領域的領導者，這對我而言是一種激勵。

聽到老師分享男性患者在心理及生理上瀕臨破碎的經驗，我感受良多。男性通常不輕易表達不適，往往忍耐到嚴重程度，甚至可能依賴大量尿片，造成經濟負擔。我期望將所學技能應用於臨床，幫助這些患者在台灣也能得到專業照護，讓他們有安心求助的去處。

目前在台灣，男性骨盆健康的相關教育與臨床資源仍有限，對於像勃起功能障礙、骨盆慢性疼痛、前列腺術後尿失禁等患者，能提供完整評估與治療的人力和經驗都很稀缺。許多患者因不了解這些問題可治療，或因經濟負擔、社會支持不足，而選擇隱居，這對其生理與心理皆造成莫大傷害。透過這次在美國的進修，我學會了更完整的評估與訓練方法，未來能在台灣提供更專業的臨床照護。

作為醫療人員，我的初衷就是運用專業幫助人。也非常感謝成大醫院提供經費，讓我能擴展知識與視野。男性骨盆健康在台灣仍屬新興領域，作為先驅者，我深感責任重大，希望將專業知識傳遞下去，促進更多人投入，讓台灣在骨盆健康領域的臨床與教育資源逐步完善。

四、建議事項

隨著台灣逐步邁入超高齡社會，男性骨盆健康議題逐漸受到關注，包括前列腺術後尿失禁、勃起功能障礙及慢性骨盆疼痛等問題，對男性患者的生活品質與日常功能造成明顯影響。然而，國內在教育、臨床與專門資源方面仍有提升空間。

基於此次赴美參與 Herman & Wallace Institute Pelvic Function Level 2C - 男性骨盆健康與復健 課程的學習觀察，具體建議如下：

1. 教育體系面向

建議大學物理治療相關科系增加「男性骨盆健康與復健」專門課程，涵蓋術後尿失禁、性功能障礙及慢性骨盆疼痛的評估與治療技巧，並提供操作實作訓練，培養學生臨床介入能力。

2. 臨床發展面向

鼓勵醫療機構設立「男性骨盆健康專門門診」或術後復健門診，由接受專業訓練的物理治療師執行介入治療，並與泌尿科及其他相關專科建立整合式照護模式，以更全面回應患者需求。

3. 國際接軌面向

建議持續補助物理治療師參與國際先進課程，如 Herman & Wallace PF2C 等男性骨盆健康專業課程，將先進的評估與治療技術引入國內臨床與教育體系，提升臨床服務品質及研究能力。

4. 整體展望

男性骨盆健康問題影響患者生活品質、心理健康及社會參與，建立完整的教育、臨床與研究體系，將有助於國內男性骨盆健康照護的專業化與可持續發展，並提升應對超高齡社會相關需求的能力。