

# 退化性關節炎：我該不該接受人工髖關節置換手術？

這份文件能幫助您，與您的醫師共同討論是否應該要進行人工髖關節手術。

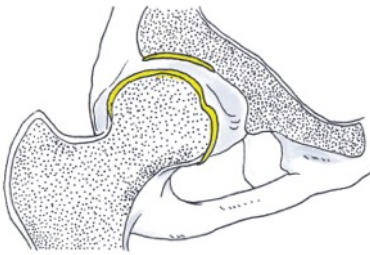
關節炎的症狀大多會隨時間而惡化，但也有改善的可能。

大多數接受人工關節置換的病人，是因為他們的疼痛無法使用藥物或其他治療來緩解，而且嚴重影響他們的生活品質。

人工關節置換手術後，絕大多數患者可回復正常日常生活。

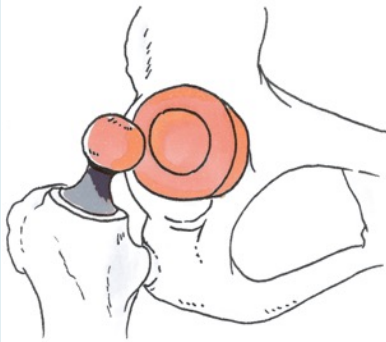
絕大多數的人工關節可以使用超過一、二十年，有些人需要再次接受人工關節置換手術。

如果您等太久才接受人工關節置換手術，肌肉力量、活動能力大幅下降，手術後您可能需要更久的時間才能回到正常生活。



## 什麼是退化性關節炎

這是關節裡面軟骨的問題。關節軟骨是一個軟墊可以吸收體重及平常活動的衝擊。當軟骨退化並暴露出其下方的骨頭時，就是關節炎。關節炎會造成疼痛、關節僵硬、關節活動度受限。



## 什麼是人工關節置換手術

當髖關節退化的疼痛，無法使用其他治療方式來緩解，且對生活品質影響嚴重時，可以考慮人工關節置換手術。醫生會使用人工的金屬對塑膠、陶瓷對陶瓷等材質，來取代原本已受傷的關節。

## 還有什麼方式可以治療關節炎

營養食品：有些人感到服用葡萄糖胺、軟骨素、魚油可以改善關節不適，但醫學研究並不支持這些營養食品的療效。

體重控制：適當的減輕體重可以緩解關節的壓力。

藥物：如果症狀輕微，可以使用藥物止痛。包括消炎藥、嗎啡類止痛藥、關節內注射類固醇。

冰敷或熱敷：在活動前熱敷可以放鬆關節，活動後冰敷可以減緩疼痛。

運動：運動可以使肌力增加，減緩關節的受力。最好能和醫生討論什麼樣的運動適合你。

復健：可以增強肌力、改善關節僵硬。

輔具：有許多輔具可以幫助你減緩髖關節的壓力，包括拐杖、助行器。

針灸：有些人感到針灸可以改善不適，但沒有太多的醫學研究可證實針灸療效。

## 人工關節置換手術有什麼風險

許多人接受人工關節置換手術後，都覺得可以大幅減少疼痛，且恢復生活品質。但如同其他手術一樣，人工關節置換仍有其風險：

脫臼：髖關節脫臼會發生在關節不穩定或是無法配合的患者，治療方式包含徒手復位及手術復位。

血栓：血栓可能阻塞下肢靜脈回流、或造成嚴重的肺栓塞。這比較可能發生在年紀大、肥胖、有血栓病史、或是有癌症的病人。

傷口癒合不良：這比較可能發生在有服用類固醇、有類風濕關節炎、糖尿病的病人。在體內有植入物(如人工關節)的情況下，都會有感染的風險，但其機會很低。任何手術也都有感染的風險。

麻醉風險：對於健康人來說，麻醉發生併發症並不常見，但是所有麻醉都是有風險的。

## 過去統計人工關節置換手術可以帶來多少好處與壞處

滿意度：

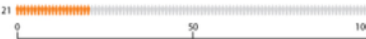
100個接受人工髖關節置換手術的病人，追蹤1年，有93個病人滿意這個手術的結果。換句話說有7個不滿意結果。



需再次手術：

大多數人工關節都是可以使用好幾年的，但有些病人因為磨損或其他原因，導致需要再次手術。

100個接受人工髖關節置換手術的病人，追蹤15年，有21個病人需要再次手術。換句話說有79個病人不需再次手術。



手術後的併發症

1000個接受人工髖關節置換手術的病人，追蹤4年，有7~8個病人會有嚴重感染

1000個接受人工髖關節置換手術的病人，有1~8個病人會在手術後的三個月內死亡。這死亡可能和人工關節手術本身有關或無關。



## 為什麼你的醫生會建議人工關節置換手術

如果你有嚴重的關節炎疼痛，且其他治療方式無效

如果你的關節軟骨已經嚴重損失

如果你的髖關節疼痛造成你肌力、柔軟度、平衡、耐力嚴重下降

如果你沒有嚴重的身體健康問題

	人工髖關節置換手術	其他治療
包含什麼	<p>在手術時，若全身麻醉你會睡著，若半身麻醉你會感覺到腰部以下沒有知覺。你會在醫院裡面待幾天。你需要幾週的時間做居家復健。</p>	<p>可以嘗試運動、藥物、關節注射、或其他手術。你可以使用拐杖、支架，來緩解關節的壓力。</p>
好處	<p>大多數人可以有明顯的疼痛改善，而且恢復日常生活的活動。</p>	<p>可以避免手術可能的併發症。避免數個月的物理治療。</p>
壞處	<p>風險包括：血栓、感染、關節脫臼、麻醉風險。可能需再次手術。</p>	<p>藥物的副作用：便秘、嗜睡、噁心嘔吐。 若等待時間太長，可能使肌力、關節活動角度變差，術後要恢復正常的機會比較小。</p>

## 什麼對你比較重要

你本身的感覺和醫學上的客觀數據一樣重要。接下來請想一想，什麼對你比較重要。

接受髌關節置換的理由  
比較重要

一樣重要

不接受髌關節置換的理由  
比較重要

--	--	--	--	--	--	--



我的疼痛讓我無法正  
常從事日常生活

疼痛並不會嚴重影響我  
的日常生活

我對於可能要再次接  
受關節置換手術並不  
擔心

我對於十年或二十年後  
可能需要再次手術感到  
擔心

我願意於手術後做數  
週的居家復健

我不想或是無法於手術  
後做數週的居家復健

我知道手術可能的風  
險，但我願意承擔風  
險來換取疼痛緩解及  
恢復膝關節的功能

我對於手術可能的風險  
感到非常擔心

## 你比較傾向那個治療

現在你已經了解有關人工膝關節置換的情形以及你自己的感受，請在下表指出你比較傾向哪種治療。

接受人工髌關節置換手術

不接受人工髌關節置換手術

--	--	--	--	--	--	--

# 做決定之前你還需要知道什麼

## 請選擇

人工髖關節置換手術應該是退化性關節炎治療的第一選擇

- 是
- 否 (人工膝關節置換手術是在其他治療方式都無效的情況下，才要考慮。)
- 我不確定

在接受手術後，我可以恢復日常生活的活動

- 是 (許多人接受人工關節置換手術後，都覺得可以大幅減少疼痛，且恢復生活品質。)
- 否
- 我不確定

雖然統計上人工髖關節可以用上15年，但我仍有可能需要再次手術

- 是 (大多數病人可以用超過15年，但少數人需再次手術。)
- 否
- 我不確定

決定下一步

- 你知道治療的選擇嗎？
- 是
- 否

你知道手術的好處和併發症嗎？

- 是
- 否

你有接受足夠的知識及建議來幫助你做決定嗎？

- 是
- 否

在你做決定前你還需要什麼？

- 我已經準備好了
- 我需要和其他人討論看看
- 我對於我的選擇還想要多了解

## 你確定嗎？

你對於自己的決定有多確定？

--	--	--	--	--	--	--

完全不確定

不是很確定

完全確定

## 參考文獻

1. Lozada CJ (2013). Treatment of osteoarthritis. In GS Firestein et al., eds., Kelley's Textbook of Rheumatology 9th ed., vol. 2, pp. 1646–1659. Philadelphia: Saunders.
2. Vissers MM, et al. (2011). Recovery of physical functioning after total hip arthroplasty: Systematic review and metaanalysis of the literature. *Physical Therapy*, 91(5): 615– 629.
3. Ridgeway S, et al. (2005). Infection of the surgical site after arthroplasty of the hip. *Journal of Bone and Joint Surgery, British volume*, 87(6): 844–850.
4. Centre of Excellence of Joint Replacements (2006). Norwegian Arthroplasty Register: Report 2006. Available online: <http://nrlweb.ihelse.net>.
5. Salazar C, et al. (2011). Direct thrombin inhibitors versus vitamin K antagonists or low molecular weight heparins for prevention of venous thromboembolism following total hip or knee replacement. *Cochrane Database of Systematic Reviews* (3).
6. Anakwe RE, et al. (2011). Predicting dissatisfaction after total hip arthroplasty: A study of 850 patients. *Journal of Arthroplasty*, 26(2): 209–213.