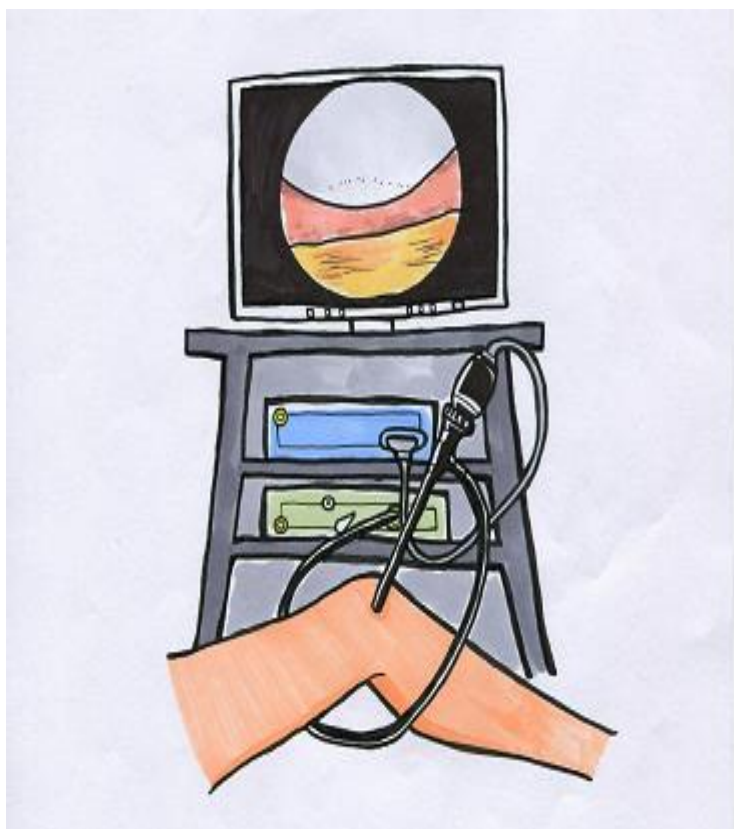


關節鏡手術照護



壹、前言

關節內韌帶及關節軟骨一旦受傷或有病變，在 X 光上較難判斷，透過關節鏡手術可以直接觀察病灶，是一種快速正確診斷的檢查方式，除此之外，膝、髖、肘、腕、肩及踝關節等內部的軟組織病灶也可用關節鏡手術進行修補或重建。關節鏡檢查或手術的優點為術後傷口小、疼痛程度較輕、住院日數短，且預後佳，使病人能夠在最短的期間內，回到工作崗位。

貳、什麼是關節鏡手術

關節鏡手術是一種微創內視鏡手術，病人必須採全身麻醉或半身麻醉，主要利用一套精密的光學影像系統，透過一個直徑約 0.3 公分的內視鏡，經由影像系統的傳導，將檢查及手術過程清楚顯示在影像系統螢幕上，只需二至三個約 0.5 公分的手術傷口，關節鏡即可進入關節腔內，直接檢查關節內部構造及病變，配合各種微創器械及固定錨釘，進行各種病灶的治療。

參、關節鏡手術種類

關節鏡依檢查部位不同，分為下列幾種：

一、膝關節鏡

膝關節鏡檢查及治療(圖一)，適用於膝關節內之半月板受傷、十字韌帶斷裂及關節軟骨受傷病人，可採住院或門診手術，如果只是執行膝關節檢查，在膝關節之髕骨韌帶內側及外側，各有一個 0.5 公分大小的傷口；膝關節鏡手術，則依病情不同在膝關節處會增加其它小傷口以進行手術(圖二)。



圖一 膝關節鏡手術



圖二 膝關節鏡手術後傷口

二、肩關節鏡

肩關節鏡檢查及治療(圖三)適用於關節內之肱二頭肌長頭、肱骨頭、

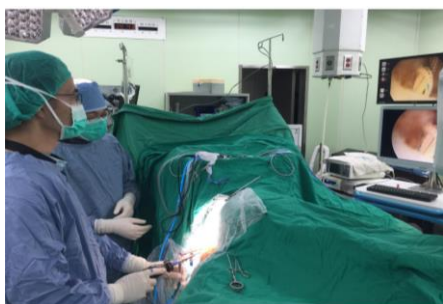
肩盂及肩盂唇之病變、肩關節旋轉肌腱破裂、關節囊沾黏、關節內游離體等病人。另外臨床上復發肩關節脫白的病人，大多數併有肩盂唇裂傷，可在關節鏡下，使用帶線錨釘，再將裂開的肩盂唇復位縫合，治癒率高且功能復原良好。



圖三 肩關節鏡手術

三、髖關節鏡

髖關節鏡檢查（圖四）及治療適用於髖盂唇破裂、髖臼股骨夾擊症候群、關節內游離體等（圖四），檢查時在病人大腿外側切開二至三個約 1.5 公分長的傷口（圖五），將髖關節鏡置入關節內，進行股骨或髖臼減壓、取出碎裂軟骨，或縫合破裂軟骨緣。



圖四 髖關節鏡手術



圖五 髖關節鏡手術後傷口

四、踝關節鏡

踝關節鏡檢查及治療適用於踝關節軟骨骨折、關節內游離體、外傷性或運動傷害後之踝關節疼痛。手術傷口在內踝及外踝前方，視受傷部位而定，關節鏡手術後足跟至小腿會使用彈性繃帶包紮，並需冰敷以消腫止痛。

五、肘關節鏡

肘關節鏡檢查及治療適用於類風濕性關節炎、關節僵硬沾黏，需做滑膜切除術、清除橈骨頭關節內骨折碎片或關節內游離體等，手術傷口在手肘關節內側或外側，約 3~4 個傷口。

六、腕關節鏡

腕關節鏡檢查及治療適用於三角軟骨受損、尺骨撞擊症候群及其他腕關節內病灶。手術傷口通常在於手腕背側。

肆、關節鏡手術前準備事項

- 一、手術前可與醫師進行詳細的溝通，了解手術過程、預期效果、術後照顧方式，可能發生的併發症及再次手術的可能性。
- 二、如有血液疾病、糖尿病、高血壓、服用藥物的習慣(如：阿斯匹靈、維他命 E 等會影響凝血功能的藥物)，或藥物過敏等請主動告知醫師。
- 三、手術前出現感冒及發燒情形，請主動與醫師聯繫，評估是否需更改手術日期。
- 四、食用中藥補品或保健食品中如果含有銀杏或其他含抗凝血成份之藥物，請與醫師討論後評估停藥合宜性；請於手術前一週至四週避免菸、酒等刺激物，以免影響傷口癒合。

五、手術前準備：

- (一)手術前一天請將手術部位清洗乾淨。
- (二)填妥手術同意書及麻醉同意書。
- (三)手術方式採全身麻醉需禁食 8 小時，亦不可喝水；若採局部麻醉則不需禁食。
- (四)手術當日不要化妝、不配戴飾品、隱形眼鏡、假牙等。

伍、關節鏡手術術後照護

- 一、依病情不同，必要時醫師會在傷口放置引流管，並以彈性繃帶包紮。手術後應避免引流管受到牽扯或壓迫。
- 二、手術後傷口可能有輕微腫脹，請醫護人員指示冰敷，每次 15 至 20 分，以達止血、減輕疼痛及腫脹。
- 三、一般而言，傷口會在兩星期後癒合，未拆線前請勿碰水，並每日執行傷口換藥。
- 四、患肢以枕頭抬高，並活動肢體末端（手指或腳趾）以利血液循環，避免末稍腫脹。
- 五、疼痛嚴重時，請通知醫護人員協助處理。
- 六、依病情不同，由醫師決定下床活動的時機及方式，半身麻醉者，平躺

六小時後，即可下床活動；全身麻醉者，手術後若無頭暈、噁心、嘔吐感，即可下床活動。

七、各種關節鏡檢查及治療因傷口小、復原快，住院天數短，術後建議使用護具保護，並依照醫療指示進行後續各關節復健活動。

八、出院時請依預約門診時間返院追蹤。

九、出院後若發現傷口有分泌物、傷口疼痛加劇、發燒等情況，應立即返院就醫。

陸、建議看診科別：骨科

柒、諮詢服務電話

基隆院區 (02)24313131 轉 2070、2375

台北院區 (02)27135211 轉 3477、3478

土城醫院 (02)22630588 轉 2256

林口院區 (03)3281200 轉 3870、3871

桃園院區 (03)3196200 轉 2517、2244

嘉義院區 (03)3621000 轉 2855、2000

高雄院區 (07)7317123 轉 2952、2960

本著作非經著作權人同意不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：長庚醫療財團法人

長庚醫療財團法人 N564 10.1× 20.1cm 2023 年

<http://ww.cgmh.org.tw>

