

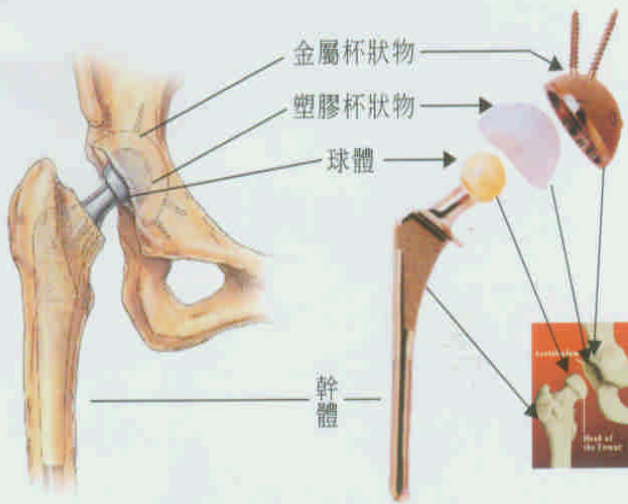
# 認識人工髖關節置換手術

當髖關節的病變無法以保守的方式控制症狀時，人工髖關節置換術：即成為有效解決問題的方法。需要進行人工髖關節置換的疾病包括退化性關節炎、類風濕性關節炎、感染性關節炎、股骨頭缺血性壞死、股骨頸骨折等等。而進行人工關節的目的是為了 **關節不再疼痛、不需長期服用止痛藥、及早恢復正常的髖關節功能。**

人工髖關節的構造與材質：

人工關節的壽命在於球體與杯狀物間的磨耗目前常用的有三種：

一般金屬對塑膠介面人工髖關節（健保給付）  
金屬對金屬介面人工髖關節（民眾負擔差額）  
陶瓷對陶瓷介面人工髖關節（民眾負擔差額）



人工髖關節置換實例：



人工髖  
關節置換



手術後病房之照護：

- 兩腿中間應放一個枕頭，以維持髖關節外展姿勢，避免人工髖關節脫臼。
- 患肢會有彈性繃帶包紮防止傷口滲血，引流手術傷口的引流管通常會放置二至三天並於手術後第一次換藥時一併移除。
- 觀察患肢末梢的皮膚顏色、溫度及疼痛情形。
- 手術後第一天可酌情搖高床頭，可做梳洗、進食和看報等日常活動。
- 使用冰敷及變換姿勢可減輕疼痛，必藥時可依醫囑追加口服或注射止痛劑。
- 手術後的傷口必須保持清潔乾燥避免弄濕，大約2至3週左右即可拆線。
- 攝取高蛋白、高纖維、高維生素的均衡飲食。
- 為了早期下床，您須作股四頭肌肌肉收縮運動及髖關節的主動性運動。

## 出院後注意事項：

- (1) 手術傷口必須保持清潔乾燥，在傷口拆線後約3天即可洗澡。
  - (2) 避免抽煙、喝酒以避免影響傷口癒合並多喝水以防止尿路感染。
  - (3) 當有拔牙、感冒或其他疾病就醫時，須告訴醫師曾經換過人工關節以便給予抗生素預防感染。
  - (4) 一般在髋關節置換手術後**三個月內髋關節只能負擔部份體重**，三個月後即可開始拿掉助行器。且手術的髋關節不宜屈曲90度。
  - (5) 當身體狀況許可，是工作性質約6週至3個月後即可回到工作崗位，最好是由輕鬆且短時間的工作開始。
  - (6) 六個月後可游泳或進行其他溫和性的運動，須避免跳躍、賽跑、網球及籃球等劇烈運動。
- (7)若有以下情形請速回門診檢查：
- 患處有紅腫熱痛及異常分泌物或化膿。
  - 患肢出現腫脹壓痛而不能增加甚至無法進行日常活動。
  - 患肢出現長短腳、劇烈疼痛、活動困難等疑似脫臼現象。
  - 患肢有喀喀異常聲響或突然疼痛、走路困難。

## 人工關節的禁忌姿勢：

### 髋關節彎曲超過90度



椅子太低沒扶手



馬桶太低



曲身撿物

### 髋關節外旋



側臥兩腿間沒夾枕頭



兩腿交叉