

退化性膝關節炎

骨科部主治醫師 江清泉

膝關節是承載體重最重要的關節，它的健康與否，直接影響到行動是否自如，也因而關係到日常生活的一切活動。經我開刀的膝關節炎一千多例病患中，有位95歲高齡的盧老先生給我印象最深刻。





退化性膝關節炎

退化性膝關節炎常發生在中年以上的年紀，女性比男性多。通常兩側膝關節都會發生，但病變程度不一定一樣。較早期的症狀包括膝部酸痛無力，關節處硬緊不靈活，蹲下後不易站起來，偶爾伴有膝關節囊積水或是關節窩部韌帶囊腫。症狀加重時，則出現內側膝關節面疼痛，痛會向上牽連引起腰酸背痛，向下蔓延引起腿肚痛或踝痛，蹲下疼痛有困難，股四頭肌漸萎縮，膝關節漸形成內翻變型，無法走遠路，夜裏睡覺時膝部會酸痛。更厲害的退化性膝關節炎，則疼痛加劇可見變型更明顯，膝部有屈曲攣縮不能完全伸直，關節活動有摩擦聲，步態左右搖擺，需要扶手幫忙。

退化性膝關節炎之治療，首重對引發病因之瞭解和對膝關節內部狀況之評估。體重過重須先訂下減肥計劃，下肢不等長或脊柱側彎的問題應先行解決。同樣的對種種的原發病因如半月板破裂、骨脫臼、痛風、類風濕性關節炎等均應針對原因予以治療。

使用久了的機器難免會磨損，人老了器官的機能也會退化，關節自然也不能例外。所以退化性關節是一種自然的現象，祇是早來晚來因個人而異。一但有了退化性關節炎，切忌病急亂投醫，膝關節構造上的變形怎麼可能由服藥而得到治療呢？很多病人服用了摻有類固醇的秘方，疼痛暫時得到舒緩，卻造成了臉變圓胖、下肢水腫、高血壓、腎功能受損之種種類固醇的副作用。一

旦膝痛再發，就變得比原先更劇烈，真是得不償失。找個合格的骨科醫師，詳細的診治，才是解決的辦法。

關節哪好，人生是快樂耶

經我開刀的膝關節炎一千多例病患中，有位95歲高齡的盧老先生給我印象最深刻。

民國79年我幫他開刀，他除了老態外身體健康，祇是兩膝疼痛，走起路來像鴨子般左右搖晃，不能走遠；站立時兩膝內翻呈O型腿。休息睡覺不太會有疼痛的症狀，但是從床邊起床或從椅子站起來可就大費周章，關節內好像崎嶇不平，必須慢慢調整角度才能站好。陪他來住院的是一位瘦小70歲左右的客家婦人，穿著打扮十分傳統，很細心的照顧他，晚上就睡在病床旁的陪病床。

住院時需先做詳細的身體檢查，抽血項目包括肝功能、腎功能、紅血球、白血球(看是否有貧血、感染)以及是否有容易出血的傾向；心電圖檢查初步篩檢心臟是否健全；肺部X光檢查，看看心肺的狀況。開刀前一晚，麻醉醫師來訪視時，這些檢查報告都已經具備，盧老先生的檢查都在正常的範圍，醫師特別囑咐他洗澡時用肥皂把膝部洗乾淨，晚上好好睡一覺。

由於80歲以上的病人如果兩膝同時開刀行人工關節置換，產生併發症的機率頗高，例如肺血管栓塞的問題，所以建議他先

開一邊，隔一星期再開另一邊。傍晚巡查病房時，翻閱病歷護理記錄，發現一段很有趣的記載「95歲老病人由75歲女友陪伴步入病房，身高180公分，體重70公斤.....」，一時找不到照顧他的護理小姐詢問，逕自去看病人。他神情愉快地坐在床上，陪伴他的就是那位「女友」老婦人。和他聊了一下開刀的情況，隨口問他「你年紀這麼大了，為什麼想要開刀？」他精神為之一振，牽著她的手說「我的內人20年前過世，後來認識隔壁村莊的她」他深情的看了她一眼，接著說「我常走路去找她聊天，後來發生了關節炎，走路會痛，就請我的小孩或孫子載我過去。開始時他們都還願意，漸漸的他們覺得對不起他們的媽媽、祖母，就不情願載我了。我想想，與其求人，不如找醫師把我的腳醫好，我就可以自己走，不必仰賴別人了。」她就是這股堅強意志的背後支撐力量。什麼時候可以放拐杖走路是他最關心的事。「一般來說，手術後第二天就可以拿拐杖下床行動，隔一個星期開另外一隻腳，再住一個星期就可以出院了。出院後拿拐杖總共二個月，要很自由的走動大概要半年。」「醫師，拜託你了。」

第二天早上7點半，他就被送到手術室，在麻醉之前還跟醫護人員聊天。在腰椎半身麻醉下，手術一個小時就完成了。送到恢復室之前，來看他的家屬依然是他的女伴。另外一邊也很順利的在一個星期後完成，住院期間每次巡房就看到兩老，她很細

心的照顧他，陪他講話，他恢復的速度比一般病人還要快。有一天他問到「以後能不能蹲下來」，我告訴他，手術後努力做復健的話，想蹲下來是有可能的；但是目前人工關節的設計，蹲到底是會損害到人工關節的關節面，所以不鼓勵做蹲下的動作。(按：隨著時間的過去，現在人工膝關節的設計已有長足的進步，讓病人能蹲能跪的人工關節已經上市。)開這個刀最主要的目的是讓你能自由行動而不會產生膝痛。在老伴陪伴下，他很認真的拿著拐杖在病房走來走去做術後復健動作。

手術後二個月、半年、一年，他都定時回到門診追蹤檢查，望著他和老伴走在一起互相攙扶的背影，心理感到安慰外倍覺溫馨，而且很有成就感。

他的小兒子，也已經六十多歲，經營遊覽車生意，罹患右髖退化性關節炎，也找我幫他換了人工關節。每次他來門診，都會順便告訴我他父親的近況。「他現在很快樂，每天都出門去活動，開這個刀實在很值得。」

在繁忙的醫療工作中，年復一年我都很高興能聽到有關他的消息，暗中祝福他長壽延年。雖然他祇活到103歲，但是他鮮活的影像一直活在我的心中，鼓舞著我去幫助更多的老年關節炎病患。

人生七十才開始，這不正是一個最顯著的例子；老年有伴，依然可以開創一個燦爛的黃昏。對一位老年的關節炎病患，親人的支持，健全的心理建設，堅強的意志，都是手術成功不可或缺的因素。