

退化性膝關節炎之治療模式選擇

我和我的家人該選擇接受人工膝關節置換術嗎？

前言：

當醫師診斷您/您的家人患有退化性膝關節炎時，可能會導致嚴重疼痛問題的困擾，如何來減輕或治療，讓日常生活不再“舉步維艱”，再次享受正常的生活及運動。若您已經接受過門診復健運動、藥物及其他保守治療的方式，膝關節疼痛問題一直無法得到明顯的改善，我們提供有關退化性膝關節炎之治療方式，讓您更加了解自己的需求，希望能幫您做出最適合的治療選擇。






適用對象：

退化性膝關節炎是膝關節軟骨因外傷或老化而被破壞、磨損。此病症會讓關節軟骨厚度減少、失去彈性，當關節間隙變得狹窄，此時行走或運動時，產生的力量會直接作用到軟骨下方的骨頭，使骨頭變性、硬化、壞死，變成囊狀空洞，常併有發炎現象。

適用狀況：

退化性膝關節炎主要的症狀是疼痛、僵硬、關節微熱、腫大和變形，在活動關節時，常可聽到不正常的磨擦聲響。

退化性膝關節炎分級

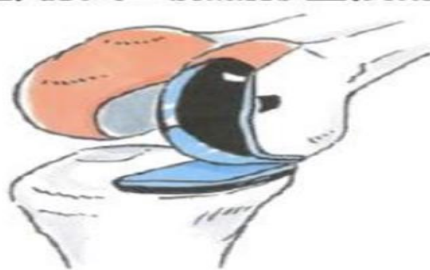

正常	第一級	第二級	第三級	第四級
無明顯退化特徵	少量骨刺 關節腔沒變窄	明顯骨刺 關節腔變窄	大量骨刺 關節腔明顯變窄	大量骨刺 關節腔明顯變窄 關節外型明顯變形
				
無骨刺增生 關節腔沒變窄	白色箭頭→少量骨刺	白色箭頭→明顯骨刺	白色箭頭→大量骨刺 黑色箭頭→關節腔明顯變窄	白色箭頭→大量骨刺 黑色箭頭→關節腔明顯變窄 骨骼外型明顯變形

治療方式介紹：

退化性膝關節炎隨著年齡及時間增長會逐漸惡化，但可以透過適當及正確的醫療方式，獲得良好的控制及改善。依據每個人關節退化的程度、症狀輕重及對日常生活影響的程度，可採取的治療方式也不同。

- 復健及物理治療：包括一般體能訓練，肌力強化訓練，特別是四頭肌，及關節活動度訓練，冷熱敷及電療。
- 口服藥物及疼痛治療：使用非類固醇類及COX-2止痛藥，包含口服藥及止痛針。
- 關節腔類固醇注射：類固醇注射是能減輕疼痛和改善功能的最有效治療方式之一，但是它並不能治癒疾病。
- 玻尿酸輔助療法：補充關節內因退化造成玻尿酸濃度下降的現象，以加寬關節間隙。
- 軟骨保護療法：口服葡萄糖胺或自體血小板生長因子注射；PRP。
- 膝關節鏡手術：適用於半月板受傷、十字韌帶斷裂及關節軟骨骨折。
- 脛骨高位矯正截骨手術（年紀小於55歲）：截骨及鋼板固定，矯正彎曲部位。

若疼痛已經無法使用藥物或其他治療來改善，而且嚴重影響到日常活動及生活品質，或許可以考慮另一種治療方式：**人工膝關節置換手術**，手術有「全人工」或「部份」置換膝關節兩種選擇

<p>部分人工膝關節置換手術(單部位嚴重磨損)：把已損壞嚴重的關節面置換成人工關節，未損壞的部分則予以保留。</p>	<p>部份人工膝關節置換術後</p>  A diagram showing a cross-section of a knee joint after a partial replacement. The femur (thigh bone) is shown in white, and the tibia (shin bone) is shown in white. A blue artificial joint surface is implanted on the femur, while the natural articular surface of the tibia remains. The patella (kneecap) is shown in white and is partially replaced with a blue artificial surface.
<p>全人工膝關節置手術：將有病變的股骨和脛骨關節面做部份切除，置換為鈦合金的人工膝關節面，以恢復原有平滑及正常角度之膝關節等。</p>	<p>全人工膝關節置換術後</p>  A diagram showing a cross-section of a knee joint after a total replacement. The femur (thigh bone) is shown in white, and the tibia (shin bone) is shown in white. Both the articular surfaces of the femur and tibia are replaced with blue artificial joint surfaces. The patella (kneecap) is shown in white and is also replaced with a blue artificial surface.

請透過以下步驟來幫助您做決定

步驟一：瞭解人工膝關節置換手術優缺點

	人工膝關節置換手術 (膝關節退化分級為三到四級)	其他治療方式 (膝關節退化分級為一到三級)
治療方式	<ol style="list-style-type: none"> 1. 手術需住院5-7天 2. 手術時需要麻醉，大部分採半身麻醉，必要時才會採用全身麻醉 3. 手術後會有約10-12公分傷口 4. 手術後可自行復健 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 復健及物理治療 2. 口服止痛藥物 3. 關節腔內注射類固醇止痛 4. 玻尿酸輔助療法（注射玻尿酸） 5. 軟骨保護療法（PRP） 6. 非人工膝關節置換術的手術，如關節鏡手術、截骨矯正手術
優點	<ol style="list-style-type: none"> 1. 健保給付之手術 2. 術後通常很快就可以下床活動 3. 術後可以得到膝關節變形之矯正、解除疼痛、改善關節功能、運動範圍增加，進而幅提升生活品質 4. 術後可避免止痛藥物的長期使用 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 可以避免手術時可能的風險 2. 可以降低手術後可能的併發症
缺點	<ol style="list-style-type: none"> 1. 麻醉的風險 2. 手術後併發症：術後肺炎、心肌栓塞和中風的風險 3. 傷口癒合的風險 4. 人工膝關節的壽命約為15至20年左右 5. 需再次手術：在手術五年以後，發生鬆動的機率約3%~5% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 長期服用藥物容易刺激胃部，也會影響腎功能，易有噁心、嘔吐的感覺 2. 關節腔類固醇注射會加速關節軟骨的退化 3. 關節腔內注射，可能造成感染 4. 注射玻尿酸及血小板生長因子需長期治療，自費費用高，效果也會因關節退化分級而有限 5. 如果拖延太久才接受手術，可能使肌力、關節活動角度變差，進而影響手術效果。

步驟二：您選擇治療方式會擔心的因素有什麼？以及擔心的程度？

	不太擔心	擔心	相當擔心
我擔心治療無法改善膝關節疼痛感覺			
我擔心治療無法恢復原本的活動能力			
我擔心治療會影響其他身體器官狀況			
我擔心治療可能會有風險			
我擔心手術後還得花時間做復健			

步驟三：在做決定之前，您都了解了嗎？

	人工膝關節 置換手術	保守治 療方式	都一樣	不清楚
哪種治療方法較能減輕膝關節的疼痛？				
哪種治療方法較可以恢復原本的活動能力？				
哪種治療方法較會影響其他身體器官狀況？				
哪種治療方法需承受較大的風險？				
哪種治療方法可以馬上恢復原本的活動能力？				

步驟四：您現在確認好治療的方式了嗎？

	是	否
我充分了解我的選項？		
我知道在退化性膝關節炎的治療上，我在乎的是什麼？		
我決定的過程中，我有得到支持及建議？		

我(們)已經確認好想要的治療方式—

- 我選擇人工膝關節置換手術，因為我希望能根本解決膝關節疼痛的問題，改善生活品質。
- 我選擇保守治療方式，因為手術可能有風險，我希望能先用藥物及其他治

療。

我(們)目前仍無法決定，我(們)想要—

再與主治醫師或其他醫護人員討論細節。

再與其他親友(包括：家人、親戚、或其他提供意見的友人)討論利弊得失，再做決定。

對於以上的治療方式，我(們)想要再瞭解更多，我(們)的問題有：

說明者（醫療）簽名：

共同決策者簽名：

與病人關係：

中 華 民 國 年 月 日

完成以上評估後，您可以攜帶此份結果與您的主治醫師討論。