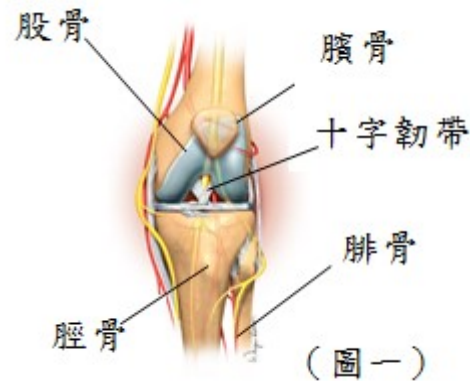


認識人工膝關節置換術

國泰綜合醫院骨科 護理部編印 著作權人：國泰綜合醫院
本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售

■ 定義

■ 膝關節是由股骨下端內外髁與脛骨上端及髌骨組成（圖一），人工膝關節手術是以金屬和多分子聚合塑膠來替代已完全磨損的關節軟骨，人工關節的設計包括鈦合金、鈷鉻合金及不銹鋼等，**最常使用鈦合金**。塑膠材質是高密度耐磨損的聚乙烯（Polyethylene）。



■ 骨水泥（Bone cement）能讓關節和骨骼緊密結合，日後不易產生鬆動，使其恢復正常活動。

■ 病因

- 類風濕性關節炎：因免疫機能障礙所引起。
- 骨性關節炎：即退化性關節炎。

■ 症狀

- 關節疼痛
- 關節變形
- 活動障礙
- 行走不便
- 肢體固定不動、出現僵硬、腫脹

■ 診斷與治療

- 觸診
- X光片判讀

■ 術後復健運動

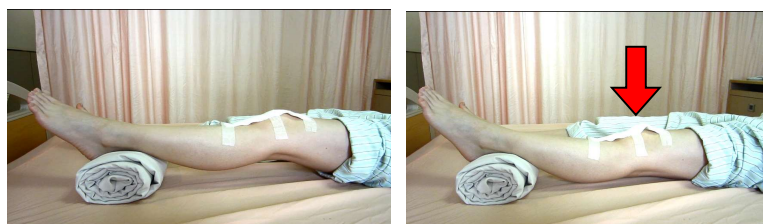
- 踝關節運動—術後第一天開始。
 - ◆ 方法：平躺，患側腿伸直，腳踝及腳趾同時用力往上翹停留 5 秒，再向下壓停留 5 秒後放鬆，重覆以上動作 15-20 下，一天 3 次。（圖二）



（圖二）

■股四頭肌運動－術後第一天開始。

◆方法：平躺，患側腿伸直，取一條布巾放置於足跟下，將膝蓋向下壓停留 5 秒再放鬆，重覆以上動作 15-20 下，一天 3 次。(圖三)



(圖三)

■腳跟滑脫運動－術後第三天開始

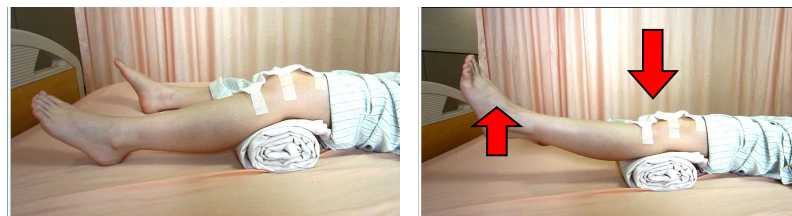
◆方法：平躺，患肢足跟彎曲靠近軀幹，停留 5 秒，再伸直，重覆以上動作 15-20 次，一天 3 次。(圖四)



(圖四)

■小角度股四頭肌運動－術後第三天開始。

◆方法：平躺，將布巾放置於膝下，患肢向上抬並伸直膝蓋停留 5 秒後放下，重覆以上動作 15-20 次，一天 3 次。(圖五)



(圖五)

■直抬腿運動－術後第三天後。

◆方法：平躺，將健側腳彎曲，患肢抬高停留 5 秒後放下，以膝蓋能承受範圍為主，抬高的角度勿超過健側膝蓋，重覆以上動作 15-20 次，一天 3 次。(圖六)



(圖六)

■滑毛巾運動—術後第三天後。

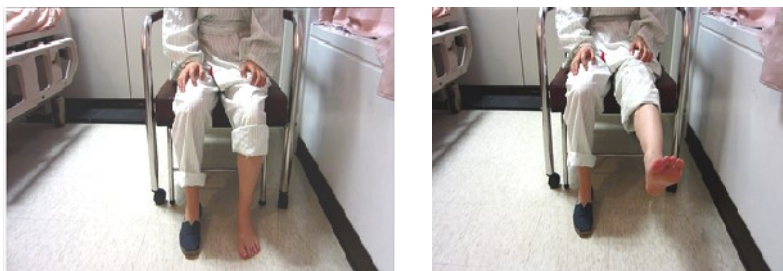
- ◆方法：準備布巾置於地面，坐於椅子上膝蓋自然彎曲呈 90 度，患肢赤腳置於布巾上，將腳往後滑動布巾，重覆以上動作 15-20 次，一天 3 次。(圖七)



(圖七)

■大角度股四頭肌運動-術後第三天之後

- ◆方法：坐於椅子上膝蓋自然彎曲呈 90 度，抬起腳並伸直膝蓋停留 5 秒後放下，重覆以上動作 15-20 次，一天 3 次。(圖八)



(圖八)

■預防保健

- 繼續執行各項復健運動。
- 遵照醫師指示使用拐杖或助行器。
- 定期門診追蹤治療。
- 若有患肢異常疼痛或傷口有紅、腫、熱、痛等情形，應儘速就醫。

此資料僅供參考，關於病情實際狀況，請與醫師討論

若有任何疑問，請洽

國泰綜合醫院 (02)27082121 轉 5251-5253

新竹國泰綜合醫院 (03)5278999 轉 8101-8103

汐止國泰綜合醫院 (02)26482121 轉 2901-2903

我們將竭誠為您服務！

國泰綜合醫院關心您！

ACS00.031.2016.05 八修

2022.03 審閱