

# 髋关节手术 Hip Surgeries

## 髋关节置换手术

髋关节是个球窝关节，能多方向转动，髋关节活动时，关节的球部，即大腿骨（股骨）的圆形头部，在盆骨上的窝（髋臼）内转动。

全髋关节置换手术是用金属假体置换关节，用金属球代替股骨（大腿骨）头部，另外在髋臼内植入由模具压成的金属壳，壳面铺上垫物，然后把金属球套入壳内。整个过程约需两个小时。当今的假体可改善关节功能，缓解疼痛的时间可长达二十五年。

手术后病人一般需要留院两至三晚，除护士监护康复情况及帮助你缓解疼痛以外，物理治疗师与职能治疗师也会分别协助病人恢复整体活动能力，并指导病人如何安全地进行日常活动。

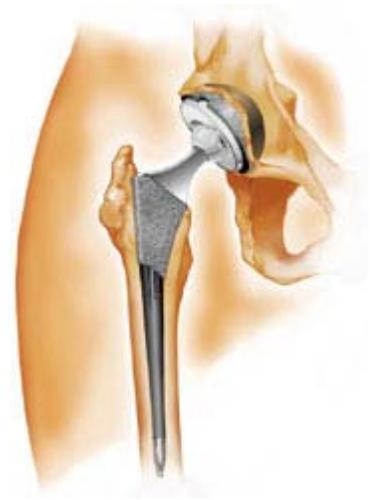
手术后当天，尽量利用扶手架站立，以后几天中，练习用拐杖行走及上下楼梯。一般在手术后三个月内，仍然需要借助扶手架、拐杖等辅助设备行走。

服用止痛药物能帮助病人缓解术后的疼痛，如有疼痛，一定要告诉护士，不要强忍；如果因为关节疼痛而无法进行活动，则会拖慢康复进度。

经常运动是术后康复的最佳办法，体能活动能加速复原，刺激血液循环，并降低血栓形成的机会。手术后三个月内须小心照顾新关节，有些活动应避免进行，例如，不可以过度弯腰、坐着时双腿不能交叉等。如对运动或手术康复方面有任何疑问，可请教医生或物理治疗师。

有关髋关节置换手术详情，或是否该选择此手术，请向外科医生咨询。

- 有关髋关节手术后的预防措施，请阅读《髋关节手术后的预防措施》一章，该文章也刊登于 OASIS（骨关节炎综合服务计划）网站上。



Simplified Chinese

## 髋关节表面置换手术

外科医生通过髋关节表面置换手术将磨损的软骨碎片取出，从大腿骨（股骨）头部及盆骨上圆窝（髋臼）“刮去”磨损的软骨，让关节活动畅顺，减轻疼痛，然后在圆窝和股骨头部的表面铺上垫物。

由于手术并未更换关节，而只是置换了关节表面，所以很多人认为髋关节表面置换手术属于小手术，但事实上，该手术与全髋关节置换手术一样，涉及同等的纠正关节操作，手术后也同样需要三个月的精心护理。一般来说，髋关节表面置换手术只能短暂解决骨性关节炎的疼痛问题。

请咨询外科医生你是否适合进行髋关节表面置换手术。