

膝关节手术 Knee Surgeries

全膝关节置换手术

全膝关节置换手术将磨损的骨头再造型，以配合金属假体的形状，大腿骨（股骨）和小腿骨（胫骨）由两个金属壳包裹，两壳之间有垫层。如关节炎已经发展到骨头表面以下，也可置换膝盖（膝盖骨）。大部分病人手术后，活动能力和疼痛得以改善，可持续达十五至二十年之久。

膝关节手术后，病人一般需要留院两至三个晚上，除护士监护康复情况及提供止痛外，物理治疗师和职能治疗师也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。

手术后数天内，病人应利用助行设备练习站立、步行及爬楼梯，一般在手术后三个月内，仍然需要借助扶手架、拐杖等助行设备步行。经常运动是手术后康复的最佳办法，体能活动能加速复原，刺激血液循环，并减低血栓形成的机会。

服用止痛药物能帮助病人缓解手术后的疼痛，有疼痛一定要告诉护士，不要强忍；如因关节疼痛而无法进行活动，只会拖慢复原进度。

出院后仍需继续接受物理治疗，手术后三个月内须小心照顾新关节，有些活动如蹲、跪，或弯腰等都应避免进行，四至六个星期后，应能稳步行走，肌肉的力量也应恢复。

有关膝关节置换手术详情，或是否该选择该项手术，请向外科医生询问。

单侧膝关节置换手术

病人假如膝关节软骨只有一边严重磨损，可以考虑单侧膝关节置换手术，这种情况以内弯腿或外弯腿的人最为普遍。

单侧膝关节置换手术只针对一边的膝关节进行，关节磨损部分切除后，再植入假体，复原时间一般较全膝关节置换手术为短。

请向外科医生询问是否适合进行单侧膝关节置换手术。

Simplified Chinese

关节镜手术

外科医生通过关节镜手术将磨损的软骨碎片取出，“刮去”磨损软骨，让关节活动畅顺，减轻疼痛。

关节镜手术有时用于窥探关节内情况，判断关节破坏程度，虽然手术创伤较全膝关节置换手术轻微，但手术后病人仍需接受物理治疗。

请向外科医生询问是否适合进行关节镜手术。