

治療退化性膝關節炎：我該接受人工膝關節置換手術嗎？

當醫師診斷，確定您患有「退化性膝關節炎」，本表單將幫助您瞭解相關病因及有哪些治療方式。

若您已經接受過藥物治療、復健運動或其他治療方式都無法解決嚴重的疼痛問題，請跟著我們的步驟，一步步探索自己的需求以及在意的事情，希望這樣能幫助您做出適合自己的治療選擇。

如有問題請向您的醫護人員提出諮詢。

什麼是退化性膝關節炎？

關節炎的成因是關節內的軟骨損壞，關節軟骨是一個軟墊，可以緩和體重及平常活動對骨頭的衝擊。

當軟骨退化並暴露出其下方的骨頭時，就是膝關節炎，會造成關節疼痛、僵硬、腫脹，活動受到限制。

症狀通常發生的很慢，會隨著時間逐漸惡化，它並沒有治癒的方式，但可以透過適當的醫療，獲得良好的控制。



有什麼方式可以減輕退化性膝關節炎

藥物：如果症狀輕微，可以使用藥物止痛。包括消炎藥、嗎啡類止痛藥、關節內注射藥物等。

冰敷、熱敷：在活動前熱敷可以放鬆關節，活動後冰敷可以減緩疼痛。

復健運動：復健運動可以增加肌力，減少關節受力。請事先和您的醫生討論什麼樣的復健運動比較適合您。

輔具：許多類型的輔具可以幫助減緩膝關節的壓力，包括拐杖、助行器、護具，穿著舒適的鞋子或鞋墊。

關節鏡手術：可以移除關節內游離的軟骨或骨頭，但這項手術對於退化性關節炎的療效尚有爭議。

截骨矯正手術：可以矯正退化性膝關節炎合併膝外翻 (X 型腿) 或是膝內翻 (O 型腿) ，通常用在較年輕且關節炎較輕微的病人。

什麼是人工膝關節置換手術？

大多數會接受人工膝關節置換手術的病人，是因為他們的疼痛已經無法使用藥物或其他治療來緩解，而且嚴重影響到生活品質。

人工膝關節置換手術有「全人工膝關節置換」或「部份置換」兩種選擇，醫生會移除受損的關節軟骨，然後使用人工材質來取代。

手術後，通常很快就可以下床活動，但仍需配合醫師建議的復健運動，來增加肌肉力量及加強膝關節活動角度。

全人工膝關節置換術後



為什麼您的醫生會建議人工膝關節置換手術？

部份人工膝關節置換術後



如果您有嚴重的關節炎疼痛，試過其他治療方式卻無效。

如果您的關節軟骨已經嚴重磨損。

如果您的膝關節疼痛造成起身、行走、上下樓梯困難，嚴重影響日常生活。


如果您沒有嚴重的身體健康問題。

您目前比較想要選擇的方式是？

- 人工膝關節置換手術
- 其他治療方式

接下來的步驟，可以幫助您想一想，是否要接受人工膝關節置換手術呢？

步驟一：瞭解人工膝關節置換手術的好處及風險

	人工膝關節置換手術	其他治療方式						
好處	<ul style="list-style-type: none"> ● 大多數人疼痛明顯改善，而且可以恢復日常生活的活動。 ● 滿意度：追蹤 100 個接受手術的人，追蹤 2 至 17 年，有 82 人感到滿意。 <p>追蹤2~17年</p>  <table border="1"> <caption>患者滿意度數據</caption> <thead> <tr> <th>滿意度</th> <th>人數</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>滿意</td> <td>82</td> </tr> <tr> <td>不滿意</td> <td>18</td> </tr> </tbody> </table>	滿意度	人數	滿意	82	不滿意	18	<ul style="list-style-type: none"> ● 可以避免人工膝關節置換手術可能產生的風險及併發症。
滿意度	人數							
滿意	82							
不滿意	18							
風險	<ul style="list-style-type: none"> ● 麻醉風險：對健康的人來說，麻醉發生併發症並不常見，但所有麻醉都是有風險的。 ● 手術後可能會有併發症，包括：血栓、手術部位感染、膝關節不穩定、傷口癒合不良、膝關節活動角度不佳。 	<ul style="list-style-type: none"> ● 藥物的副作用：便秘、嗜睡、噁心嘔吐。 ● 減重、復健運動、冷熱敷等一般來說並無壞處。 ● 關節注射類固醇的可能副作用：感染。 ● 如果拖延太久才接受手術，您的肌肉力量、膝關節 						

人工膝關節置換手術

其他治療方式

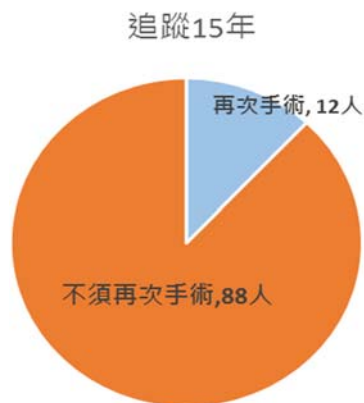
- 追蹤 1,000 個接受手術的人，追蹤 10 年，發生嚴重感染約有 10 人。



活動角度可能會大幅下降，而影響手術效果。

風險

- 可能需再次手術：大多數的人工關節可以使用超過一、二十年，但有些人需要再次接受人工關節置換手術。
- 追蹤 100 個接受手術的人，追蹤 15 年，有 12 個人需要再次手術。



步驟二：您要選擇人工膝關節置換手術前，會在意的因素有？

您本身的感覺和醫學上的客觀數據一樣重要。

接下來請想一想，以下幾個情況，哪一邊對您比較重要？請勾選

兩邊情況，哪一邊對您比較重要？

我想要能做一些簡單的活動，像是爬樓梯、跳元極舞、游泳或是家事	比較重要 4 3 2 1 2 3 4 一樣重要	關節疼痛不會影響我現在做喜歡的活動								
<table border="1" style="width: 100%; height: 30px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> </tr> </table>										

現在大多數的日子我常常感覺很疼痛，過得不好	比較符合 4 3 2 1 2 3 4 一樣	現在大多數的日子我都覺得狀況還不錯								
<table border="1" style="width: 100%; height: 30px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> </tr> </table>										

我了解日後有可能還需要再一次手術，但我願意嘗試	比較重要 4 3 2 1 2 3 4 一樣重要	我很擔心 10 或 20 年後可能要再次做手術								
<table border="1" style="width: 100%; height: 30px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> </tr> </table>										

我願意手術後必須花幾個禮拜的時間做復健運動	比較重要 4 3 2 1 2 3 4 一樣重要	我不想要手術後還得花時間做復健								
<table border="1" style="width: 100%; height: 30px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> </tr> </table>										

我知道手術可能會 有風險，但為了解決關節疼痛及恢復膝關節功能，承擔風險是值得的	比較重要 4 3 2 1 2 3 4 一樣重要	我非常害怕手術可能會有的風險								
<table border="1" style="width: 100%; height: 30px; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> <td style="width: 12.5%;"></td> </tr> </table>										

我想手術的理由	我不想手術的理由
----------------	-----------------

步驟三：您是否已經清楚知道是否接受人工膝關節置換手術的好處和風險了呢？

請試著回答下列問題

1. 人工膝關節置換手術應該是退化性關節炎治療的第一選擇
 是
 否 (試過其他治療方式都已經無效，才要考慮人工膝關節置換手術。)
 我不確定
2. 在接受人工膝關節置換手術後，可以馬上恢復原本的活動能力
 是
 否 (手術後，還需要做復健運動)
 我不確定
3. 雖然統計上人工膝關節可以用上 15 年，但仍有可能需要再次手術
 是 (大多數病人可以用超過 15 年，但少數人還是需要再次手術。)
 否
 我不確定

以上若有任何一項回答「我不確定」，請洽詢您的醫護人員再次說明。

步驟四：您準備好做決定了嗎？

經過前面幾個步驟，您已經花了一些時間了解接受或不接受人工關節置換手術的差異和自己在意的因素，現在決定好想要的治療方式了嗎？

1. 我已經清楚知道有哪些治療的選擇 知道 不知道
2. 我清楚知道不同治療方式的好處和壞處 知道 不知道
3. 我已經接受足夠的知識及建議可以做決定 是 否
4. 我做決定前還需要：
 我想要再更深入了解每個治療方式
 我需要再和其他人(如家人、朋友等)討論看看
 我還是想要再和醫師做更詳細的討論
 完全不用，我已經做好選擇了

5. 我已經確認好想要的醫療方式，我決定選擇：

人工膝關節置換手術

其他治療方式

6. 我還有想和醫師討論的問題：

完成以上所有內容後，請帶著這份結果回到門診，與您的醫師共同討論適合您的治療。