

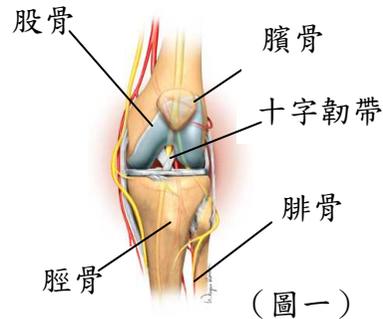
認識人工膝關節置換術

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

1. 踝關節運動—術後第一天開始。

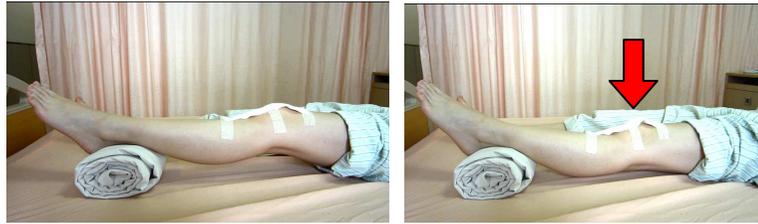
- 方法：平躺，患側腿伸直，腳踝及腳趾同時用力往上翹停留 5 秒，再向下壓停留 5 秒後放鬆，重覆以上動作 15-20 下，一天 3 次。(圖二)



圖二

2.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

3.腳跟滑脫運動－術後第三天開始

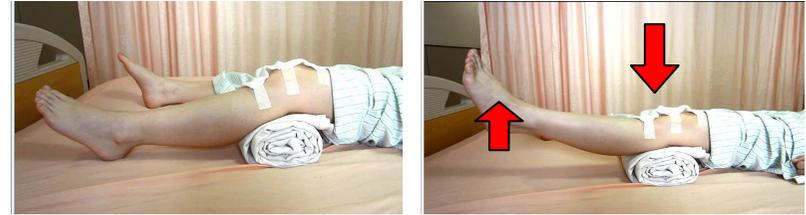
■方法：平躺，患肢足跟彎曲靠近軀幹，停留 5 秒，再伸直，重覆以上動作 15-20 次，一天 3 次。(圖四)



圖四

4.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

5.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

6.滑毛巾運動—術後第三天後。

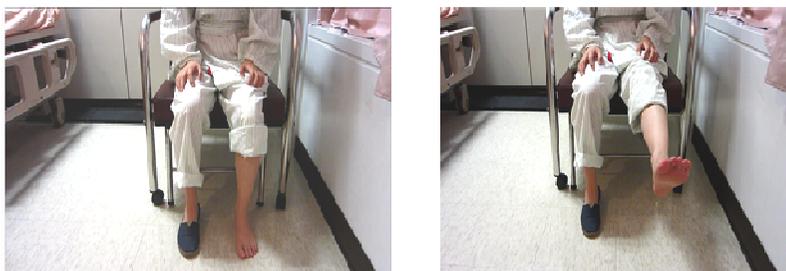
■方法：準備布巾置於地面，坐於椅子上膝蓋自然彎曲呈90度，患肢赤腳置於布巾上，將腳往後滑動布巾，重覆以上動作15-20次，一天3次。(圖七)



圖七

7.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