



# 骨科痛症

香港人口日趨老化，很多長者經常投訴身體有這樣或那樣的疼痛。人的年紀漸大，關節退化是必然現象，但疼痛卻不是必然的，很多方法可治療及舒緩關節的痛楚：

- 1 **關節鍛鍊**  
首先可通過活動的鍛鍊，例如游泳、緩步跑等，保持關節有適當的活動，不致鬆或僵硬。
- 2 **物理治療**
- 3 **醫學針灸**
- 4 **藥物治療**  
服用消炎止痛藥或在關節注射潤滑劑。
- 5 **關節內視鏡診療**  
通過內視鏡沖走關節內雜質，並可注入關節潤滑劑。內視鏡直徑約五毫米，所以切口非常小，手術可以在局部麻醉下進行，非常安全。
- 6 **人工關節置換**  
如果病情嚴重，疼痛不減活動生活質素受到嚴重影響，可考慮人工關節。



# 骨科痛症、 微創手術及醫學 針灸服務

## 服務宗旨

- 由資深的骨科專科醫生主理
- 擁有專業的護理人員及配備先進儀器
- 提供預防、診斷、治理和復康之綜合骨科服務

## 服務範圍



與醫院其他部門(如物理治療緊密合作，為病者提供醫學針灸等復康之治療。



# 微創 手術

大部份的骨科微創手術都是用關節內視鏡進行。醫生只需要在病人的關節部位開一個非常細小的切口讓關節鏡通過，即可清楚檢查關節內的情況，然後利用各種同樣幼長的儀器導入關節內並施行微創治療，包括切割、修補或重建關節內的軟組織，例如軟骨、韌帶、滑膜和半月板等等。微創手術亦有使用於關節以外的部位，例如醫治腕管收窄壓著神經引致手部麻痺的情況。

## 好處

由於傷口細小，對正常組織所造成的影響以及手術後的痛楚可減至最低，病者的復康期亦得以縮短。康復後亦只會留下微細疤痕。同時由於創傷輕微，部份手術可於局部麻醉下進行，無須進行全身麻醉，甚至不需留院。

## 適應症

除了非常細小的關節，例如手指及腳趾關節外，四肢上的關節，包括肩膀、手肘、手腕、髖關節、膝關節及腳踝等，全都可以接受微創手術。可醫治的疾病種類多元化，適應症包括：

- 創傷  
(包括運動創傷如韌帶、軟骨或半月板受損)
- 關節發炎感染 (包括發炎滑膜和囊腫)
- 清除關節內骨刺或游離體
- 肩周炎或五十肩
- 關節炎 (風濕性或退化性)

**要**醫治因老年關節退化而產生的關節炎，並非只得服用止痛藥一途。可利用關節鏡沖洗關節，清除積聚的不良滑液、發炎因子及發炎滑膜，撿走游離體和鬆垂軟骨，並可削走部份影響關節活動的骨刺。

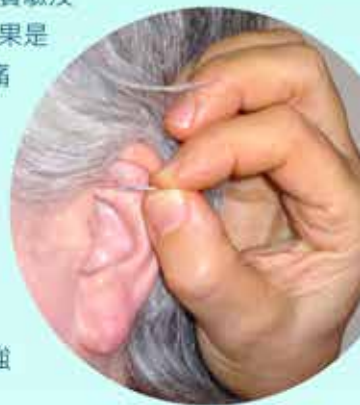
**有**需要時可注射潤滑膠質(一種天然的氨基葡萄糖聚合物)到已沖洗的關節內，以補充及促進關節製造正常潤滑液，鬆解不靈活的關節，活化及修復軟骨組織，減少使用消炎止痛藥及類固醇。

**關**節鏡治療對輕度及中度退化關節，特別是腫脹的關節最有幫助，嚴重變形之關節則需要進行關節置換術。骨科醫生會因應病人之實際情況作出最適當的治療，所以如果發現問題，一定要請教您的骨科醫生。



# 醫學針灸

醫學針灸是經一系列的科學實驗及臨床測試而証實的，它的效果是透過用針去刺激板機點(即痛點)而達到鎮痛的目的。此外，亦會運用其他醫學科技去配合，例如：電流、激光、紅外線及磁場等等。在治療過程當中，醫學針灸還可配合物理治療或西藥等其他治療方法以加強療效。



## 適應症

根據世界衛生組織的資料，醫學針灸是可以有效地治療一系列的痛症，包括：  
● 膝關節痛、背痛、頸痛  
● 肩周炎、坐骨神經痛、網球肘及扭傷等。

