



全膝關節置換術 TOTAL KNEE REPLACEMENT

此冊子包含有關全膝關節置換手術的一般訊息。
在同意接受手術之前，可能會想詢問醫生更多的問題。

於 2011 年 10 月更新

膝蓋 (The knee):

膝關節是由 3 塊骨頭組成，是身體內最大的關節。這些骨頭包括：

- 小腿骨（又名脛骨）的頂端
- 大腿骨（又名股骨）的下端
- 膝蓋骨（髌骨）



這些骨頭的末端都被軟骨包圍。骨頭由韌帶和肌腱（強韌的索狀組織）。

骨關節炎是膝關節置換手術中最常見的原因。隨著時間的推移，關節內骨頭表面的軟骨磨損殆盡，剩下粗糙或扭曲的骨頭末端。使骨頭磨擦骨頭，導致疼痛并且限制其活動能力。膝蓋無法順滑地彎曲而走路會變得困難。

膝關節置換手術更換膝關節受磨損的表面。由醫生決定要更換部分或全個關節。

需要接受膝關節置換手術的一些常見原因包括：

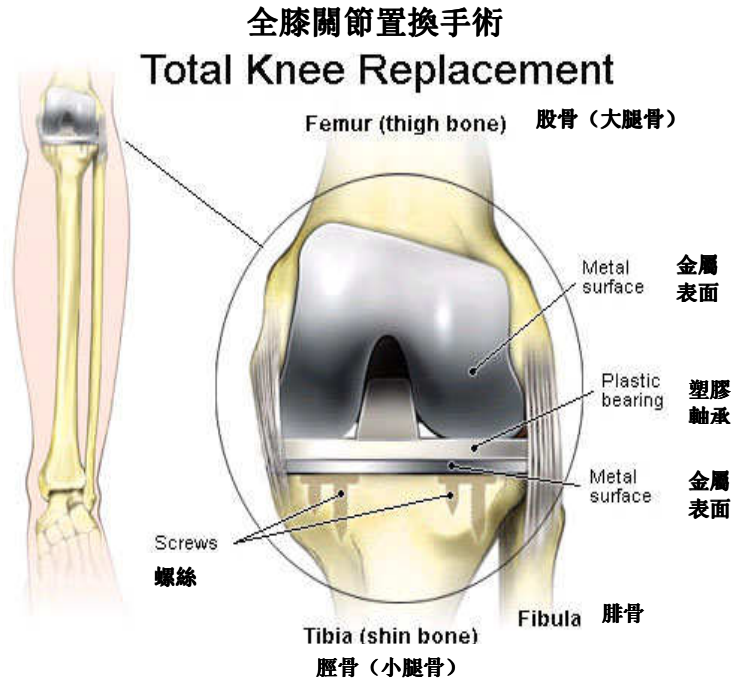
- 減緩疼痛
- 提高膝蓋的彎曲能力
- 糾正畸形
- 修復受損的膝蓋
- 改善活動能力和穩定性

有不同種類的全膝關節置換。醫生會為你選擇一個最合適的種類。

膝關節置換手術有 3 個主要部分：

- 頂部（大腿骨）
- 底部（小腿骨）
- 膝蓋骨部分

醫生會確保你得到所需的合適尺寸。



我應該為我的膝關節置換手術作什麼準備

(What should I do to prepare for my knee replacement operation)?

手術前一晚 (The night before your operation):

- 你需要使用抗菌肥皂洗澡。
- 嚴禁飲食。你會在住院前診所獲得有關飲食的指示。
- 請勿剃刮膝蓋。
- 你應嘗試上廁所大便。手術後會出現便秘。
- 將指甲油抹除。

在手術當天會有什麼事情發生

(What will happen to me on the day of my operation)?

在你的手術前 (Before your operation):

- 在前來醫院前用抗菌肥皂淋浴。
- 請根據住院前診所所提供的指示服藥。
- 會有人為你辦理住院手續。
- 會有護士與你見面。
- 你會被要求換上手術袍。
- 你需要卸除任何的化妝、首飾或指甲油。
- 會有一位麻醉師與你見面。他會與你討論有關將接受的麻醉。
- 會有一位骨科專科醫生與你見面。

在你的手術後 (After your operation):

手術後，你會被帶到恢復病房，並且通過一個面罩給你輸送氧氣。你可能會發現：

- 手臂插有靜脈注射管（滴注）給你營養液、止痛藥和抗生素藥物。
- 膝蓋插有一條臨時塑膠幼管（排管），將任何多餘的液體從你的傷口排走。排走的部分血液可以能夠通過手臂上的滴注補送給你。
- 一條名叫“導尿管”的臨時塑膠幼管排走膀胱內的尿液。

你通常會在轉往病房前，先在恢復病房逗留約一個小時。

當你在病房時 (When you are on the ward):

- 會由護士定時為你檢查。
- 會為你靜脈注射抗生素，一般注射 24 小時。
- 會給你穿上白色的壓縮長襪以幫助避免腿內出現血凝塊。
- 手術後，你應該能夠坐於床上。會由物理治療師和/或護士協助進行。
- 鼓勵你在練習深呼吸和咳嗽鍛煉以避免肺部感染。練習腳踝鍛煉（前後移動腳踝）。
- 鼓勵你練習腳踝和腳部鍛煉。
- 你的醫生可能會在手術時於你的膝蓋插上一條幼導管。護理人員會注射局部麻醉和消炎藥至你的膝蓋幫助止痛。

我在手術後第一天能夠做什麼**(What will I be able to do on the first day after my operation)?**

- 你會在床上洗抹身體或在協助下淋浴。
- 可能會給你薄血藥避免出現血凝塊。你會在住院期間服用此藥。你亦有可能在回家後服用此藥長達 14 天。護士會教你或你的家人或朋友如何服藥。他們或許會安排一個社區護士到你家中協助你服藥。
- 通常會在你住院期間給你喝一些飲料和鼓勵你服用一些藥物以幫助避免便秘。會在你住院期間鼓勵你服用藥物以避免便秘。
- 連接在傷口的排管會被拔除，而傷口上的敷料會被更換。所使用的敷料通常是防水透明敷料，你可以貼著敷料淋浴。
- 靜脈注射滴注一般會被拔除，從此會給你止痛藥片。
- 會給你冰袋幫助止痛。
- 你可能需要接受輸血。醫生會在有需要的情況下與你討論。
- 物理治療師會協助你下床。物理治療師亦會協助你練習腳踝和膝蓋鍛煉以及深呼吸鍛煉。定期練習這些鍛煉是非常重要的。
- 你的導尿管（如果有）會被拔除。

我在手術後第二天能夠做什麼 (What will I be able to do two days after my operation)?

- 在住院期間，你會於上午淋浴。
- 在物理治療師的陪同下開始使用助行架協助走路。
- 會鼓勵你盡量多照顧自己以幫助你早日回家。有需要時，護士會幫助你。
- 會有一位職業治療師教你如何照顧自己。職業治療師可能會教你如何：
 - 使用特別設備淋浴。例如，使用椅子或手持式花灑頭。
 - 穿著衣服，包括穿鞋子和襪子。
 - 床上移動。
 - 上廁所。
 - 坐起坐下。

在我離開醫院時會有什麼事情發生 (What will happen to me when I leave the hospital)?

- 有人開車接送你回家會是非常重要的。
- 會為你提供有關後續會面的資料、傷口護理的說明和回家後服用的藥物。

出院回家的計劃 (Planning for discharge from hospital to home)

鼓勵你於手術前作出院計劃。你應想想在出院回家後如何照顧自己。例如，可考慮準備飯菜並存放在冰箱內。

如果你認為自己需要協助，醫院會有一位社會工作者協助計劃家中護理服務。如果你需要協助而要與一位社會工作者見面，請向住院部職員要求。

由薩瑟蘭醫院(Sutherland Hospital) 骨外科部門(Department of Orthopaedic Surgery) 製作。