



全膝关节置换术 (TOTAL KNEE REPLACEMENT)

此册子包含有关全膝关节置换手术的一般讯息。
在同意接受手术之前，可能会想询问医生更多的问题。

于 2011 年 10 月更新

膝盖 (The knee):

膝关节是由 3 块骨头组成，是身体内最大的关节。这些骨头包括：

- 小腿骨（又名胫骨）的顶端
- 大腿骨（又名股骨）的下端
- 膝盖骨（髌骨）



这些骨头的末端都被软骨包围。骨头由韧带和肌腱（强韧的索状组织）。

骨关节炎是膝关节置换手术中最常见的原因。随着时间的推移，关节内骨头表面的软骨磨损殆尽，剩下粗糙或扭曲的骨头末端。使骨头磨擦骨头，导致疼痛并且限制其活动能力。膝盖无法顺滑地弯曲而走路会变得困难。

膝关节置换手术更换膝关节受磨损的表面。由医生决定要更换部分或整个关节。

需要接受膝关节置换手术的一些常见原因包括：

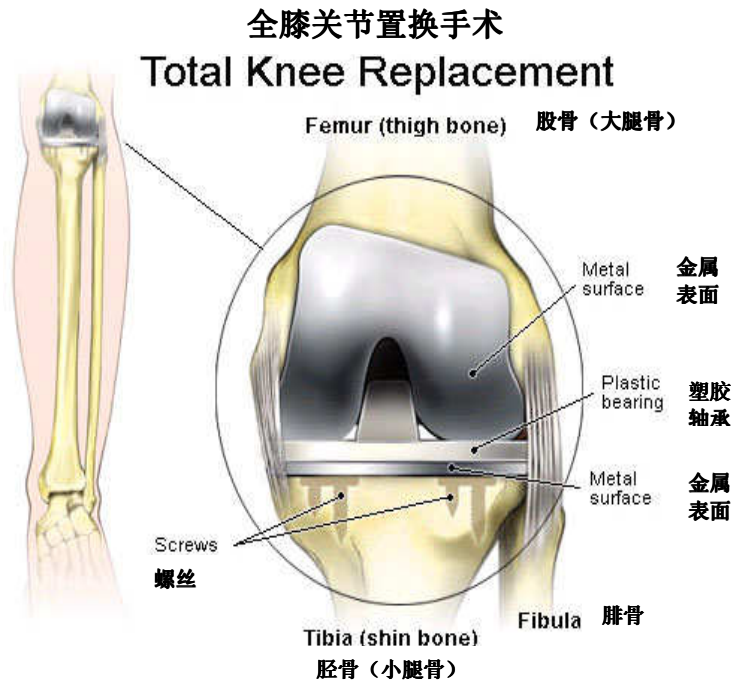
- 减缓疼痛
- 提高膝盖的弯曲能力
- 纠正畸形
- 修复受损的膝盖
- 改善活动能力和稳定性

有不同类型的全膝关节置换。医生会为你选择一个最合适的种类。

膝关节置换手术有 3 个主要部分：

- 顶部（大腿骨）
- 底部（小腿骨）
- 膝盖骨部分

医生会确保你得到所需的合适尺寸。。



我应该为我的膝关节置换手术作什么准备

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

手术前一晚 (The night before your operation):

- 你需要使用抗菌肥皂洗澡。
- 严禁饮食。你会在住院前诊所获得有关饮食的指示。
- 请勿剃刮膝盖。
- 你应尝试上厕所大便。手术后会出现便秘。
- 将指甲油抹掉。

在手术当天会有什么事情发生

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

在你的手术前 (Before your operation):

- 在前来医院前用抗菌肥皂淋浴。
- 请根据住院前诊所所提供的指示服药。
- 会有人为你办理住院手续。
- 会有护士与你见面。
- 你会被要求换上手术袍。
- 你需要卸除任何的化妆、首饰或指甲油。
- 会有一位麻醉师与你见面。他会与你讨论有关将接受的麻醉。
- 会有一位骨科专科医生与你见面。

在你的手术后 (After your operation):

手术后，你会被带到恢复病房，并且通过一个面罩给你输送氧气。你可能会发现：

- 手臂插有静脉注射管（滴注）给你营养液、止痛药和抗生素药物。
- 膝盖插有一条临时塑胶细管（排管），将任何多余的液体从你的伤口排走。排走的部分血液可以能够通过手臂上的滴注补送给你。
- 一条名叫“导尿管”的临时塑胶细管排走膀胱内的尿液。

你通常会在转往病房前，先在恢复病房逗留约一个小时。

当你在病房时 (When you are on the ward):

- 会由护士定时为你检查。
- 会为你静脉注射抗生素，一般注射 24 小时。
- 会给你穿上白色的压缩长袜以帮助避免腿内出现血凝块。
- 手术后，你应该能够坐于床上。会由物理治疗师和/或护士协助进行。
- 鼓励你在练习深呼吸和咳嗽锻炼以避免肺部感染。练习脚踝锻炼（前后移动脚踝）。
- 鼓励你练习脚踝和脚部锻炼。
- 你的医生可能会在手术时于你的膝盖插上一条细导管。护理人员会注射局部麻醉和消炎药至你的膝盖帮助止痛。

我在手术后第一天能够做什么**(What will I be able to do on the first day after my operation)?**

- 你会在床上洗抹身体或在协助下淋浴。
- 可能会给你血液稀释药避免出现血凝块。你会在住院期间服用此药。你也有可能在家后服用此药长达 14 天。护士会教你或你的家人或朋友如何服药。他们或许会安排一个社区护士到你家中协助你服药。
- 通常会在你住院期间给你喝一些饮料和鼓励你服用一些药物以帮助避免便秘。会在你住院期间鼓励你服用药物以避免便秘。
- 连接在伤口的排管会被拔除，而伤口上的敷料会被更换。所使用的敷料通常是防水透明敷料，你可以贴着敷料淋浴。
- 静脉注射滴注一般会被拔除，从此会给你止痛药片。
- 会给你冰袋帮助止痛。
- 你可能需要接受输血。医生会在有需要的情况下与你讨论。
- 物理治疗师会协助你下床。物理治疗师也会协助你练习脚踝和膝盖锻炼以及深呼吸锻炼。定期练习这些锻炼是非常重要的。
- 你的导尿管（如果有）会被拔除。

我在手术后第二天能够做什么 (What will I be able to do two days after my operation)?

- 在住院期间，你会于上午淋浴。
- 在物理治疗师的陪同下开始使用助行架协助走路。
- 会鼓励你尽量多照顾自己以帮助你早日回家。有需要时，护士会帮助你。
- 会有一位职业治疗师教你如何照顾自己。职业治疗师可能会教你如何：
 - 使用特别设备淋浴。例如，使用椅子或手持式花洒头。
 - 穿着衣服，包括穿鞋子和袜子。
 - 床上移动。
 - 上厕所。
 - 坐起坐下。

在我离开医院时会有什么事情发生 (What will happen to me when I leave the hospital)?

- 有人开车接送你回家会是非常重要的。
- 会为你提供有关后续会面的资料、伤口护理的说明和回家后服用的药物。

出院回家的计划 (Planning for discharge from hospital to home)

鼓励你于手术前作出院计划。你应想想在出院回家后如何照顾自己。例如，可考虑准备饭菜并存放在冰箱内。

如果你认为自己需要协助，医院会有一位社会工作者协助计划家中护理服务。如果你需要协助而要与一位社会工作者见面，请向住院部职员要求。

由萨瑟兰医院 (Sutherland Hospital) 骨外科部门 (Department of Orthopaedic Surgery) 制作。