

骨關節炎

骨關節炎

- 一種以關節軟骨退化和繼發性骨質增生為特性的慢性關節疾病

骨關節炎

- 可分為原發性和繼發性兩種
- 原發性可以是局部性或分佈性
- 繼發性則可以是由於以下原因引致：
 - 先天性關節畸形
 - 創傷
 - 其他關節炎
 - 其他疾病

骨關節炎的相關因素

- 年齡
- 性別
- 肥胖
- 創傷、關節受損
- 遺傳

年歲

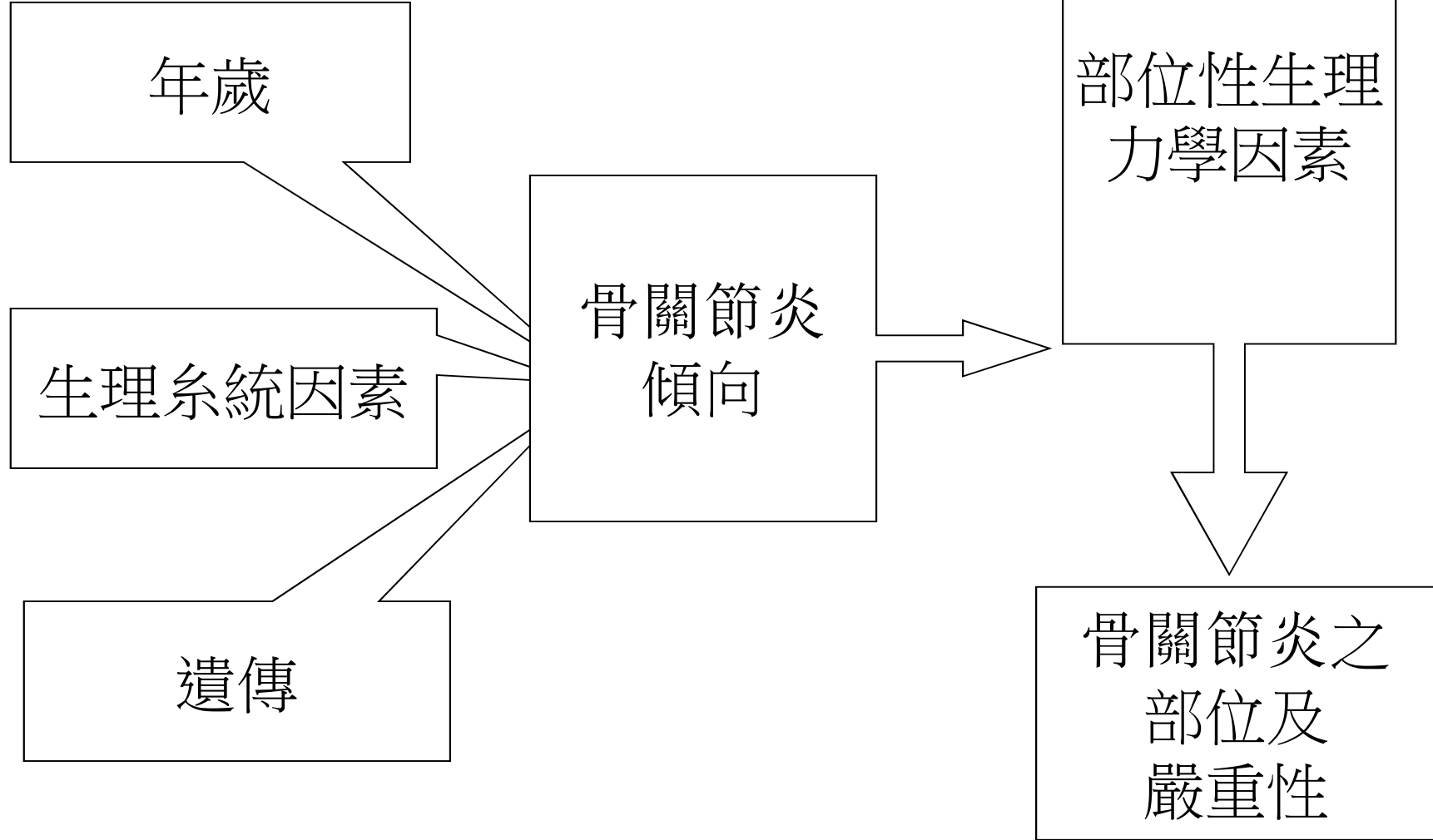
生理系統因素

遺傳

骨關節炎
傾向

部位性生理
力學因素

骨關節炎之
部位及
嚴重性



常見徵狀

- 關節疼痛
 - 痛楚一般在活動時增多, 休息時減少
- 僵硬, 晨僵一般不多於半小時

診斷骨關節炎

- 臨床檢查
- X光檢查
- 血液化驗

非藥物療理

- 病者教育
- 健康工作者的支持
- 減輕體重
- 物理治療
- 職業治療
- 水中運動課程

病人教育及輔導

- 正確的疾病認識
- 保護關節減少機會惡化
- 保持心境開朗
- 適當運動
- 均衡飲食

運動時留意事項

- 請教專業人士
- 適當休息
- 避免過度使用病患關節
- 留意關節在運動後痛楚的情況

壓力處理

可以參加一些自助課程

物理治療

- 適當運動及休息
- 矯正不正確姿勢
- 使用冷熱敷墊，電療等
- 合適的輔助器具

職業治療

- 關節保護
- 工作、工作間評估及改善
- 手部功能訓練
- 支架
- 鬆弛技巧

藥物治療

- 撲熱釋痛
- 非類固醇抗消炎藥
- 阿片止痛劑
- 關節類固醇之注射

止痛劑的使用

- 定時使用 VS 需要時服用
- I) 病症因素的考慮
 - 痛楚程度及頻密度
 - 痛楚對患病者功能的影響
- II) 病者因素的考慮
 - 其他器官組織的健康狀態
 - 對藥物產生副作用的機會
 - 病者的需要及期望

其他治療考慮

- 葡萄糖胺
- 透明質酸
- 骨科手術