

關節鏡檢查前後護理指導

一、什麼是關節鏡？

關節鏡手術是一項具備診斷與治療的檢查項目。適用於關節內的疾患，膝關節的應用最為廣泛：如軟骨退化或病變、半月板破裂、前後十字韌帶的受傷、滑膜增生或發炎。

二、檢查的目的

- (一)檢查關節內部之結構是否異常，以利診斷、治療。
- (二)可作為一種檢查項目，協助醫師診斷。
- (三)做部份半月板修補術及前後十字韌帶或其他治療重建手術。

三、檢查方法

在適當的麻醉下(半身或全身麻醉)，於內外側關節處劃開約0.5~1公分之傷口，將內視鏡置入，先注射生理食鹽水擴張關節腔，經由內視鏡中可看見關節內部情形，直接做檢查、診斷及治療。

四、關節鏡的優點

- (一)不需要切開關節，而是以很小的切口就可以實施手術，關節組織受傷最小。
- (二)病人術後可以很快下床活動。
- (三)住院期間可以縮短。
- (四)併發症較少。

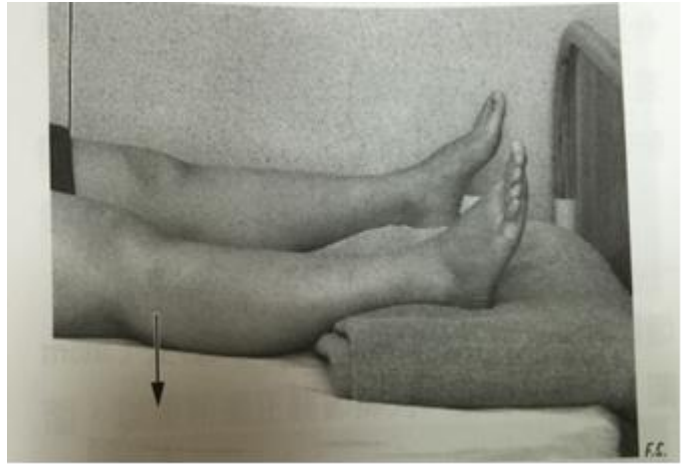
五、關節鏡手術前準備

- (一)填寫手術暨麻醉說明同意書。
- (二)原則上麻醉方式依手術部位而定：上肢為全身麻醉，下肢為半身脊椎麻醉。
- (三)手術前一天午夜12點後禁食(包括水、食物)。



六、關節鏡手術後注意事項

- (一)依醫囑決定是否需局部冰敷，並抬高患肢。
- (二)手術後患肢會以彈繃包紮，不可自行去除，以減少關節內出血，但須注意是否過緊而影響末梢之血液循環；若有鬆脫或太緊時，可鬆掉重綁或以護膝取代。
- (三)手術後二星期內避免膝關節過度蹲、跪活動及減少上下樓梯次數等。
- (四)手術後1~3天內關節會有暫時性輕微腫脹情形，視情況需要經由醫師允許可用冷敷方式消腫治療，傷口如有滲血情形請通知護理人員。
- (五)手術麻醉恢復後即可開始做股四頭肌運動：預防患肢大腿肌肉萎縮，把腿平放床上，膝部用力往下壓，數5下，放鬆5下，一天至少運動6次，它可以加強股四頭肌的力量(如圖一)。



圖一

- (六)視需要，術後使用拐杖協助1~3天，且不做長途步行或劇烈活動，一般日常生活如上廁所等都不需限制，3天後即可完全恢復正常活動，若是有做半月板或韌帶手術，則須依照醫師指示做循序漸進之復健運動且應避免膝關節過度的使用及重量負荷。
- (七)傷口應保持清潔乾燥，於術後7~10天拆線。
- (八)鼓勵多攝取高單位維他命C及高蛋白之食物以促進傷口癒合。
- (九)若發現傷口有紅腫、熱、痛及滲液情況，立即返院檢查。

參考資料

馮容芬(2013)·骨骼肌肉系統疾病之護理·於劉雪娥編著，成人內外科護理(六版下冊，548-551頁)·台北：華杏。