

或許你從未受關節痛之苦，不明箇中苦處，但對於長久受關節痛楚折磨人士來說，卻是痛不欲生。

因痛楚難當而無法動彈的關節痛患者，到底怎樣才能衝破痛苦牢籠？

五十九歲的林女士及五十三歲的陳先生終於鼓起勇氣，接受電腦導航膝關節置換手術，其中陳先生更換了先進的旋轉型關節，兩人在手術後，重拾久違了的步履輕盈暢快感。



關節痛帶來的折磨不但是肉體上，還有心靈上，「有腿走不得真是好痛苦，我做病房助理，明明看見病人就要跌倒想衝上前扶，但自己卻舉步維艱，那一刻覺得自己真的很無用！」

慣於勞動的她被迫請病假在家休息，然而事靠人照顧的感受絕不好過，「起居飲食都要靠人，有時口渴想飲杯水，家人應了一聲：『好呀，等等。』但一句等等我便等了三句鐘，你說靠人的日子多難受，我真的好惱！」林女士說，那段膝痛的日子更令她心情煩躁，少少不如意都大發脾氣，身心飽受煎熬。

每一步都很踏實

膝痛後期，她在朋友介紹下見養和醫院骨科胡永祥醫生，經檢查後才知道一直折磨自己的是類風濕性關節炎，初期注射藥物後痛楚舒緩，但後期情況愈見嚴重，醫生建議她進行人工關節置換手術，配合電腦導航系統，確保手術準確性。

最新的人工膝關節置換手術，是採用具旋轉角度的新型關節(rotating platform knee)，活動能力比傳統型的更優勝。

養和醫院骨科醫生鄧偉文解釋，傳統固定型的人工膝關節(fixed platform knee)，容許屈曲及伸直，但旋轉型的人工膝關節，除了可屈曲及伸直外，更可以向左右旋轉，便像真正膝關節的活動能力。

原來，當我們做某些動作時，膝關節需輕微旋轉幅度才能完成動作，例如蹲下、打高爾夫球、瑜珈及跳舞等。

▲固定型人工膝關節可屈曲及伸直。
▲旋轉型人工關節，除屈曲及伸直外，亦可左右作出一定程度的旋轉。



旋轉型人工膝關節其實早於二十年前出現，但未見普遍採用，因它多了一個活動角度，病者手術後有機會在過度活動下引致磨損甚或鬆脫。但近年需要更換膝關節人士較年輕及活躍，故活動幅度較大的旋轉型較適合。但由於這種關節主要針對歐美人士需要，故尺碼較大，東方人未必個個適合。不過近年東方人亦有需求，故醫療用品商已開始應香港病人需要，製造尺碼較小的人工關節。旋轉型人工膝關節，售價比傳統型高10%。

▼林女士說，換了人工膝關節後，重新走路的踏實感令她好滿足。



▲嚴重膝關節退化患者，雙腿會變形，如圖左側向一邊，及上圖變成「O」字腿。



從艱難步履到輕盈步履

雙

腿換了人工膝關節的林女士，在球場上表演她的太極功，輕鬆提起膝頭熟練地打圈，復又左右扭動，展示靈活。

「真係從未如此自在過，這一刻的心情和未換關節前，真係兩回事！」林女士開心地說。她形容，一年前未換人工膝關節前，她的日子「舉步維艱」；換關節後，她過的是「身輕如燕」的日子。

林女士自幼已有關節痛，只是她不知身患何病。「我八、九歲時有膝頭痛，當時父母帶我去接受艾灸，每次被艾灼完便舒服好多！」她說。長大後，林女士才知這種治療是對付風濕關節炎。

膝痛難當身心受創

在其後的歲月，林女士慶幸不再受關節痛之苦，直至數年前——「初時手指突然腫脹，腫到要剪斷手上的戒指，後來到雙腳膝頭痛，去見普通科醫生，說甚麼關節勞損，處方一些止痛藥給我，但都沒有甚麼效用。」任職醫院病房助理的林女士說。其後痛楚愈來愈嚴重，由走路時痛，到稍稍移動也疼痛難當，痛得她連站直身子也辦不到！

▲骨科醫生鄧偉文示範旋轉型人工膝關節，能容許病人作出適度轉動。



已被痛楚折磨得身心俱疲的林女士聽到有徹底治療方法，彷彿在地獄路上見曙光，立即一口說好！去年中，她先接受左膝關節置換手術，十日後再接受右膝關節置換手術。

「做完手術，當日我已經能站起來，那一刻竟然沒痛楚！翌日便可以在走廊試着走，一腳踏在地板的感覺真的很實在，和之前每踏一步都虛虛浮浮很不同！」林女士開心地說。由於康復情況理想，林女士的活動範圍日漸擴大，由最初在住所樓下廣場要太極，擴闊到從東涌步行三小時至大澳要太極，之後足跡又伸延至西貢，和好友包遊艇去嬉水。剛過的農曆新年，又到菲律賓旅行，飽覽名勝。

回復女金剛本色，上山下海到處玩樂的林女士慶幸自己及時換了膝關節，為自己的退休生活打了支強心針，「退休後最緊要行得走得，否則因病痛要被迫呆在家，真的生不如死咯！」

長期站立 膝蓋勞損

同樣做了人工膝關節置換手術重過新生的，還有五十三歲的陳先生。

過往三十年任職食肆，分別做過樓面侍應及大廚的陳先生，因工作需要而長期站立，加上他體重達二百磅，膝關節在長期受壓下而嚴重勞損，患上退化性關節炎。

「我大約十年前就開始痛了，惟有一直服止痛藥頂住。」陳先生說。其實這十年來，他為了疼痛的雙膝，東奔西走尋訪名醫治療。

「中西藥我都試過，香港西醫就說我有少少退化，給我處方止痛藥，又叫我做物理治療，我有照做呀，但止痛藥就愈食愈無效，由每次一粒到兩粒，再食到三粒都止不了痛楚。」他說。

期間他一直有見中醫，醫師說他疲勞，又推拿又針灸；近三年他更持續回大陸接受針灸治療，「初時針完都見效，當晚就痛楚全消，但翌日早上起來，痛楚又爬滿膝頭！」

長期痛楚 磨蝕人生

如是者他不斷吃止痛藥不斷接受針灸，帶着痛楚回食店，利

▼電腦導航手術系統，用在膝關節置換手術，將以往只有 80% 的準確度提升至 95%。



「右腳無痛啦，但左腳（未做手術）仍痛咯！」陳先生笑說。而大約在兩星期後，陳先生左膝亦接受關節置換手術，同樣康復情況理想，一個月後已可以外出，第一件事當然是回食店巡視。

人工關節新里程

現時雙膝手術已過了四個月，陳先生已完全回復活動能力，「之前走十步也不能，現在走半小時都無問題！」陳先生說。

問他有何特別保護關節，在適當時候休息，他卻說沒有。

「開工便沒有時間停下來，到工作做完才記得休息，不過都已經站了好幾小時了！」陳先生輕鬆地說。

養和醫院骨科部主管胡永祥醫生說，人工膝關節置換手術其實

用忙個不斷的工作作為麻醉劑，令自己精神上忘卻痛楚，但實際上卻阻不了關節繼續退化。

最嚴重時，陳先生死忍痛楚只能走十步，躺在牀上雙腳只能長期保持同一姿勢，稍稍移動半分都會痛。後來，同樣有膝痛的弟弟到養和聽了一個醫

生重拾腿部活動能力。



▲未做手術前，陳先生的右膝關節嚴重，已去到骨磨骨的地步。



體重達二百磅的陳先生身為食肆東主又是廚師，在長期站立下，最終令膝關節退化。

治關節痛的講座後，知道治療方法，於是叫陳先生一試。

「我來見胡醫生時，都沒想過是否要做手術，心想盡量醫，醫得幾多得幾多。」他說。原來長期被痛楚折磨的人，人生的要求也會被迫下降，心態變得卑微的他，只求減輕一點痛楚就滿足。

幸好，人生並不是沒有選擇的，陳先生在經過一番注射藥

陳先生說，四個月前換了膝關節後，當晚已能站起來，翌日已可在走廊來回步行三、四次。



「那一刻步行時雙腳還有痛楚嗎？」記者問。

食肆老闆陳先生為求擺脫纏擾他十年的關節痛楚，於去年九月二十四日先接受右膝關節置換手術。手術後陳先生於六時回到病房，當晚八時他便下牀，在學行架協助下步行去洗手間；翌日，他更可以在醫院走廊來回步行數次。第三日，在物理治療師指導下學習上落樓梯。

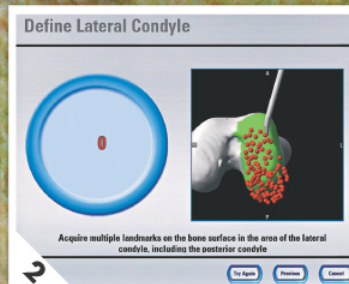
術後三日 學走樓梯

物治療後，胡醫生仍見不到有理想效果，建議他接受手術。由於陳先生腿骨較大，可以置換一種活動能力較高的旋轉型膝關節。

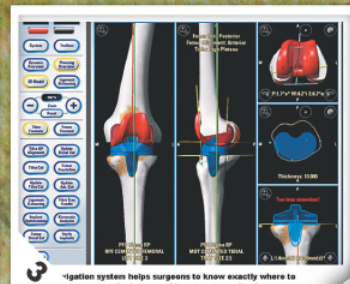
電腦導航手術系統解構：



這部導航手術儀，配合特別設計的電腦軟件，能計算手術時需切割的幅度。



感應器接觸病人關節取得數據，並將數據傳送入電腦。



電腦顯示病人置換人工關節的準確位置。

在電腦導航系統協助下進行膝關節置換手術，大大提高手術的準確性。



▲換上人工膝關節後，陳先生雙腿回復垂直線。



▲手術前，陳先生雙膝退化嚴重，出現彎曲。



下期預告：少年患老人疾

在不健康的生活形態下，很多老年才出現的病症，近年不斷在年輕人身上出現，而一些調查亦顯示，一名學童的健康狀況，竟然和一個五十歲的中年人士相若。於是，我們會發現三十餘歲便有動脈硬化或心血管阻塞現象。

二十四的 Peter，就從來沒想過這種六十歲老人才有的疾病，竟發生在自己身上。

因篇幅關係，醫療信箱暫停。讀者如有任何醫療上的查詢或疑問，可將問題電郵至 medicfile@singtaonewscorp.com