



多處韌帶受傷 治療 勿拖延

膝關節痛楚可說是都市人最常見骨科病症，如患者年紀較大，很大機會是退化造成。如患者較年輕，運動時受傷或日常活動時受傷是常見原因。

然而不少患者在受傷後以為小事，沒有求醫治理，其實治療有黃金時間，錯過了，有可能無法修補！

撰文：陳旭英、廖欣楊 攝影：李玉梅
設計：楊存孝



►黃惠國醫生指出，膝關節的四條韌帶牢牢緊扣，保持膝關節穩定。

男

士在運動場上肢體碰撞或倒地受傷，很多時覺得只是小意思。小小痛楚都無法忍受，有違男人大丈夫之氣慨，於是拍拍身上土灰便又重新站起來奮力完成運動。

大約一年前，三十五歲的黃先生便經歷了球場上的一場小意外，受了傷，有少少苦楚，但不礙事，完成賽事後仍然可以照常

工作。

「當天我和朋友打籃球，期間因為對手失誤跌倒，倒下時壓住我右腿膝蓋位置。當時並沒有覺得怎樣痛，都沒有為意。但之後發現膝頭日漸紅腫，而且愈來愈疼痛，痛至不能站穩……」黃先生說。

由於痛楚日漸嚴重，黃先生終於在受傷數日後求醫，接見的

黃先生去年在球場受傷，估不到帶來重大傷患。

骨科醫生在臨牀檢

查時，看見其膝關節腫

脹情況已知不妙，安排他照

磁力共振檢查清楚。結果一

照，黃先生才知道大事！

「磁力共振時發現我膝關節

內側及後十字韌帶斷裂，關節囊

及半月板受傷。醫生建議我盡快

動手術，但由於傷及部位太多，

無法在同一次手術中全部處理，

需分段進行……」黃先生說。

交通及工業意外

膝關節受傷可大可小，絕對

不可忽視。養和醫院骨科專科醫

生黃惠國醫生指出，膝關節受傷

很多時傷及韌帶或半月板，黃先

生的多處韌帶受傷情況頗為典

型。

在甚麼情況下會造成膝關節

多處韌帶受傷？黃惠國說：「膝

關節多處韌帶受傷最常見的原因

是交通意外，當汽車撞向走路中

的行人，一般會造成行人膝蓋骨

折或膝蓋多處韌帶損傷。

工業意外亦是其中一個常見

受傷原因，當建築工人從高處失

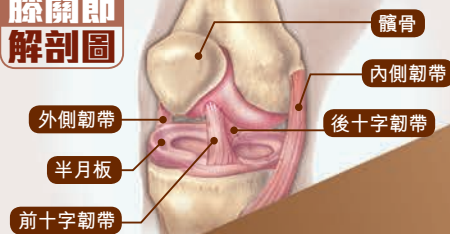
足墮下，或由於其他原因而受撞

擊，膝關節都會受創，大多會造

成多處韌帶的損傷，但近年這類

膝關節

膝關節解剖圖



▼籃球具高撞擊性，黃先生正是在一次籃球活動中受傷。



工業意外已經減少。

另外一個常見原因是運動受

傷，最常見導致膝關節多處韌帶

損傷的運動是檯球、籃球和足

球，因為這些運動都有撞擊、跳

躍的動作，增加扭傷和韌帶斷

裂的風險。」

膝關節韌帶受傷，會造

成甚麼傷害？黃惠國醫生

解釋，膝關節韌帶作用

是固定膝關節，共有

四條，包括前十字韌

帶、後十字韌帶、

內側韌帶和外側

韌帶，連接肌

肉、軟組織

和關節囊



▲黃先生右膝剛接受手術修補韌帶後的狀況。



▲之後需要穿戴固定關節的保護架。

膝關節脫臼最嚴重

其中一類嚴重個案，患者整

個膝關節脫臼 (Knee

Dislocation)。這類與普通的髌骨

(俗稱菠蘿蓋) 脫臼 (Patellar

Dislocation) 不同。

膝關節本身是一相當穩固的

關節，要造成膝關節脫臼必須有

相當大的力量，將前十字韌帶與

後十字韌帶拉斷，才會發生膝關

節脫臼。

「膝蓋骨脫臼十分普遍，治

療亦相對容易。然而，膝關節脫

臼則十分罕見，我曾治療過一名

膝關節脫臼個案，患者在台灣踏

單車時發生意外，傷勢十分嚴

重，他除了膝蓋骨脫臼外，膝關

節亦已脫臼，而四條韌帶亦已損傷。

影像檢查確定情況

膝關節脫臼很可能傷及血管及神經線，一旦血管破裂，血液未能流到小腿部分，小腿肌肉有可能壞死，情況十分嚴峻。」

「治療這類傷者，骨科醫生會先用肉眼觀察，當時我發現傷者膝蓋部分腫了起來，比普通傷

了十字韌帶的傷者更加腫大，亦可能有可見瘀傷在內，傷者的筋腱會十分鬆散，而且痛楚亦會比單純十字韌帶受傷更大。」

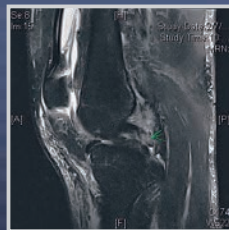
在照過X光後，骨科醫生憑經驗會安排傷者進行磁力共振，以清晰檢視患者受傷位置、嚴重程度及影響的範圍。

結果黃醫生從磁力共振圖片發現患者膝部多個位置腫脹，內側及前十字韌帶斷裂，膝蓋骨組



關節韌帶受傷需要接受磁力共振掃描，檢查清楚內裏韌帶、軟組織受傷情況。

常見膝關節受傷種類



▶ 磁力共振圖片顯示前十字韌帶受創及膝關節移位。



▶ 肌肉撕裂及多處韌帶受傷。



▶ 磁力共振圖片顯示內側韌帶、關節囊及多處韌帶受創。



▶ 磁力共振圖片顯示伸延軟組織水腫及附着韌帶受創。

黃金治療時間

織亦已損壞。

治療膝關節多處韌帶損傷有黃金時間，黃醫生說在受傷後兩至三星期做手術，效果最好，「一般不會在受傷當日立刻做手術，因為太早做手術可能因未消腫而導致併發症。但一些嚴重個案可能牽涉到血管，則必須先處理好血管問題，回復正常血液供應，稍後才進行韌帶修補手術。

然而不能錯過時機，如太遲做手術，韌帶有可能萎縮，特別是內外兩側韌帶和關節囊的縫補。由於韌帶萎縮後便再不能縫合，因此醫生要靠經驗去決定何時動手術。」

手術時病人需要全身麻醉，然後剖開膝關節皮膚及肌肉，看清楚內裏的韌帶。由於韌帶是黏附着膝蓋骨頭，因此手術修補時，醫生要用帶線錨釘（Suture



▶ X光片顯示病人膝關節移位。

手術後傷者需要暫時用柺杖輔助行走，亦需定期進行物理治療幫助復原，因為將韌帶及骨頭固定後，亦要確保病人日後能維持活動能力。康復時間因應受傷程度及個人體質而異，傷者應跟隨醫生訂定的康復療程，配合做物理治療，療程可能長達一年。

多處膝關節韌帶受傷

Anchor) 將韌帶重新釘穩骨頭，線頭不會溶解，而會永久留在膝關節內作固定之用，線頭對身體無害，亦不會刺激身體組織。

手術為時大概兩小時，術後毋需打石膏，但病人需要配戴護膝 (Knee Brace)，保護膝關節。



▲圖為解剖修復手術過程。

解剖修復手術

現時很多骨科手術都可以用關節鏡微創手術進行，或只開小切口的手術。但進行多處韌帶損傷手術，病人必須全身麻醉，並靠解剖修復 (Anatomical Repair)，即必須剖開表皮及肌肉層，直達創傷位置進行修補，效果才會好。這類多處韌帶修補手術，微創手術並不適宜。



▲在工地中從高處墮下，亦是造成膝關節受傷的重要原因之一。

▼檣球是高危活動，患者一旦受傷很容易令膝節韌帶撕裂。



▶後十字韌帶受創及膝關節移位。



四個月後可以縮短穿戴時間，只需睡覺時穿上便可，同時需要做物理治療幫助放鬆繃緊的肌肉和筋腱，同時進行重力訓練運動幫助復原活動能力。黃先生大約五個月前完成物理治療療程，之後開始運動，現時活動能力回復九成，未來可能需要更長時間才能完全康復。

柺杖輔助行走。

術後用柺杖輔助行走

由於手術並非微創，手術後留下大概兩吋半長的疤痕。手術過後黃先生需要二十四小時戴上專用護膝，覆蓋由大腿到腳眼位置，固定膝蓋內的韌帶，同時用柺杖輔助行走。

「由於受傷位置多，第一次手術時黃醫生只為我修補了內側韌帶、半月板和關節囊等比較重要的位置。後十字韌帶則待這次手術康復後，才定時間再做。」

的黃先生，在黃