

股骨頭缺血性壞死

■ 疾病簡介

股骨又稱大腿骨，是人體最長的骨頭，它的最上端為圓球狀，與髌白連成髌關節。當供應骨頭的血流不足，或缺乏血流供給，骨頭無法獲得足夠氧氣和養分，上頭覆蓋的軟骨會開始崩壞，產生關節面被破壞的狀況，稱為股骨頭缺血性壞死。常見原因為：酗酒、過量使用類固醇、血紅素病變、慢性肝病變、痛風、脂肪或血醣代謝異常、血液凝集疾病如鐮刀型貧血、懷孕、放射線治療、抽菸、高血脂、骨代謝疾病。

■ 常見症狀

主要的臨床表現為髌關節或大腿內側間歇性疼痛，且疼痛會因為行走，負重而加劇；後期因疼痛導致肌肉痙攣和髌關節度變形，患者還會有下肢活動受限、關節僵硬等症狀。

Ficat 於1985提出疾病分期如下：

0期	無疼痛，X光正常，骨掃描與核磁造影出現異常。
I期	有疼痛，X光正常，骨掃描與核磁造影出現異常。
II期	有疼痛，X光可見到骨頭硬化，骨掃描與核磁造影沒有出現軟骨下骨折。
III期	有疼痛，X光可見到股骨頭塌陷，骨掃描與核磁造影出現異常，見到軟骨下之塌陷。
IV期	有疼痛，X光可見到髌白病變，出現關節間隙狹窄和骨關節炎，骨掃描與核磁造影出現異常。

■ 檢查

- 理學檢查：髌關節內旋或外旋，因病灶處受刺激刺激而感到疼痛(Patrick test)，此現象於疾病中後期會更為明顯加劇，甚至因劇烈疼痛而無法轉動。

本單僅供參考，實際治療以醫師診治為主



以病家為尊、以同仁為重、以北醫為榮

- X光檢查：早期的X光片多無異常發現。
- 電腦斷層檢查：更清晰診視骨密度與形狀的變化。
- 磁共振影檢查：診斷股骨頭缺血性壞死的重要依據，也是此一疾病分期與治療的重要依據。
- 核子醫學骨掃描：診斷股骨頭缺血性壞死的重要依據，也是此疾病分期與治療的重要依據。

■ 處置

- 藥物治療：常用藥物包括非類固醇消炎止痛藥、口服雙磷酸鹽類藥物和前列腺素衍生物。
- 高壓氧：連續使用100天之高壓氧治療，亦可使81%的早期股骨頭壞死回復正常，但由於費用昂貴，健保亦未給付，臨床上甚少採用。
- 手術治療：疾病早期(第一、二期)的手術治療可用中心減壓術(Core decompression)。一旦股骨頭出現塌陷後(第三、四期)只能施以人工關節置換，按其受損情形置換股骨頭或做全髖關節置換。

■ 全髖關節置換後照護

- 手術後回病房需先禁食2小時，喝水後無嗆咳，可正常飲食。
- 於床上，每兩小時需執行翻身活動，避免壓傷產生，翻身時兩腿間應夾枕頭或棉被，避免雙腿交叉。
- 傷口會有引流管（Hemovac導管）引流出血水，由護理人員定時來護理。請注意避免拉扯管路，若不慎拉扯到



引流管或傷口有滲血，請立即通知醫護人員處理。

- 傷口須保持乾淨乾燥勿弄濕，每天需冰敷3次，每次20-30分鐘，睡覺時不需冰敷。
- 手術後將使用氣動式幫浦，避免深部靜脈血栓形成。
- 術後需執行足踝關節運動，以利血液循環及執行股四頭肌強化運動。
- 手術後不可翹二郎腿，且髖部不可彎曲超過90度，避免蹲下動作。
- 下床需使用助行器或拐杖，第一次下床須由醫護人員協助，並採漸進式下床活動，避免發生跌倒。

■ 居家保健

- 返家後仍然要做股四頭肌運動、抬腿運動及足踝上、下活動等復健運動。
- 早晨起床可先活動雙腿關節再下床。
- 傷口未拆線前應保持傷口乾燥避免弄濕，若不慎弄濕應立即換藥，以避免傷口感染。
- 傷口拆線後1~2天可洗澡，以淋浴方式較為方便，使用盆浴要小心進入浴盆。
- 性行為和駕車約六星期後視恢復狀況可以開始。
- 助行器或拐杖使用的時間回診須由醫師評估。

■ 緊急返院提醒

患部有皮膚發紅、腫脹、發燒、嚴重疼痛、滲出液或因跌倒導致髖部受傷，無法正常活動。



■複習一下

問題1：()長期服用類固醇可能發生股骨頭缺血性壞死

問題2：()股骨頭缺血性壞死需立即做全髖關節置換手術

問題3：()傷口還沒拆線身體很癢要趕快去泡澡

正確答案

問題1：○ 問題2：X 問題3：X

參考資料：

Konarski, W., Poboży, T., Śliwczyński, A., Kotela, I., Krakowiak, J., Hordowicz, M., & Kotela, A. (2022). Avascular necrosis of femoral head—overview and current state of the art. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(12), 7348. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127348>

Perkins, A. (2021). *Total hip replacement explained. Nursing made Incredibly Easy*, 19(1), 28-35. <https://doi.org/10.1097/01.NME.0000723364.92071.91>

諮詢電話：(02)2737-2181 分機 8911

制訂單位/制(修)訂日期：9A病房/1111227

PFS-8100-450

