

《醫學人生》執業醫生與您分享醫學、人生與愛的故事，逢週一刊登

膝頭痛、腫、響、不正、運行不順等，都是膝關節退化症的徵象。最困擾人的，是痛。發作的時候，有時與天氣突然改變有關，例如：冷熱突變(如起風)或相對濕度突變，所以中國人常稱之為「風濕」；由已經退化了的組織內裡的疤痕發炎、膨脹或收縮而引起。

治療的第一步是要診斷正確。醫生須證明是退化性關節炎，而非感染、類風濕性、尿酸、創傷等；再加上X光檢查或驗血，就可定案。病情輕，休息休息，用冷熱敷便可；或者，自行塗些藥油，清涼一下，但不要引起皮膚敏感而另生一病。再嚴重一些，就應當找醫生，服用消炎止痛藥(不是抗生素，因為不是感染)。這類藥有多種，有些人服後會敏感或胃痛，需要更換或停止服用。

倘若家庭醫生的治療不奏效，就需要找專科醫生了。到此地步，通常需要關節穿刺，把關節內的滑液在消毒情況下，用針筒抽出來。一來可以減少腫脹痛苦，二來可以知道關節炎是否單純退化性(滑液是清晰的)或是類風濕性，是痛風(滑液混濁)或是帶有創傷(有血)等。斷定後，可注射適當的藥物開始治療。

骨科的關節注射常用的，有適量的消炎劑，如類固醇及軟骨輔助劑。運用前者要小心，濫用有害；正如水能載舟，亦能覆舟。運用後者則是較新的科技，可幫助磨損的軟骨生長、補充。除此以外，亦加上口服消炎藥、物理治療及減肥等。這些都是修補的方法，反老還童是不可能的。但是對許多患者而言，已足夠回復正常生活，能夠多用幾年了。

更嚴重的情況，就需要進行骨科手術。關節窺鏡，清洗關節會有一定幫助。最後一步，就是全關節置換手術，切除關節，以人工關節取代。退化性關節炎非常普遍，並非不治之症。治療得當，病者心情開朗，不怨天尤人，肯與醫生合作，療效是不錯的。

謹記「喜樂的心、乃是良藥。」(箴言17:22上，《和合本聖經》)

半兵/骨科醫生、表列中醫



環球天道傳基協會
Tien Dao Worldwide Christian Media Association

如對文章有任何回應或查詢，歡迎登入《醫學人生》
網頁分享<http://www.tdww.org.hk/cmdf/index.html>



香港基督徒醫生及牙醫團契
The Christian Medical and
Dental Fellowship of Hong Kong