

骨科病徵之中，最常見亦最重要的，可說是「痛」；其他包括了腫、麻、無力、運行不順等。今天又腫又痛的部位，最常見是膝關節。

膝關節常在籃球、足球運動中受傷，除了痛，幾個小時內腫起來，通常都是關節內因韌帶、半月板撕裂而出血。兩、三天後才腫起，是創傷後發炎，引起關節滑液積聚而成。

沒有意外受傷而腫痛，是關節炎所致。關節炎可以由外來細菌感染，免疫病的類風濕性關節炎、滑膜炎、尿酸或退化性關節炎等引起；各有不同的徵象，其中最常見的是退化性關節炎。

膝退化性關節炎(degenerative osteoarthritis of the knee) 或稱磨損性關節炎，是膝頭用得太多，關節開始損壞而有的；老多於少，女多於男。除了關節生長不正常者之外，最多是老年人的退化性關節炎。其次就是創傷後、身體過重、走樓梯太頻繁或運動員(如足球員、長跑運動員、單車運動員等)的提早退化。退化了的膝關節會痛，走平路痛，走樓梯更慘，而向下走通常比向上走差，可謂「步步為艱，寸步難行」。關節對此作出的反應，就是產生大量滑液，由幾毫升至一百毫升都有，於是膝頭就腫了。故此，有「膝頭大過髀(大腿)」的說法。

除此之外，關節有響聲、磨擦音，關節開始歪曲(向左右歪)，不能完全伸直或彎曲，運行不順，好像內裡有東西頂阻，走路不穩，好像腳軟要跌倒等，都是常見的膝退化性關節炎病徵。初期是軟骨退化磨損，慢慢下來，就連硬骨都壞了、變形了。此時，照X光就可以覺察診斷出來。

「你趁著年幼、衰敗的日子尚未來到、就是你所說、我毫無喜樂的那些年日未曾臨近之先、當記念造你的主 • 不要等到……看守房屋的發顫、有力的屈身……人怕高處、路上有驚慌……」(傳道書12：1-5，《和合本聖經》) 半兵/骨科醫生、表列中醫

