

血友病相關之關節病 與物理治療

陳淑敏
物理治療師
威爾斯親王醫院

引言

- 若九成嚴重血友病患者曾重覆遇到關節出血或肌肉出血。
- 一旦關節病開始，關節被傷害亦日漸嚴重。
- 六成出血於關節內，三成出血於肌肉內。

血友病常見關節痛的部位

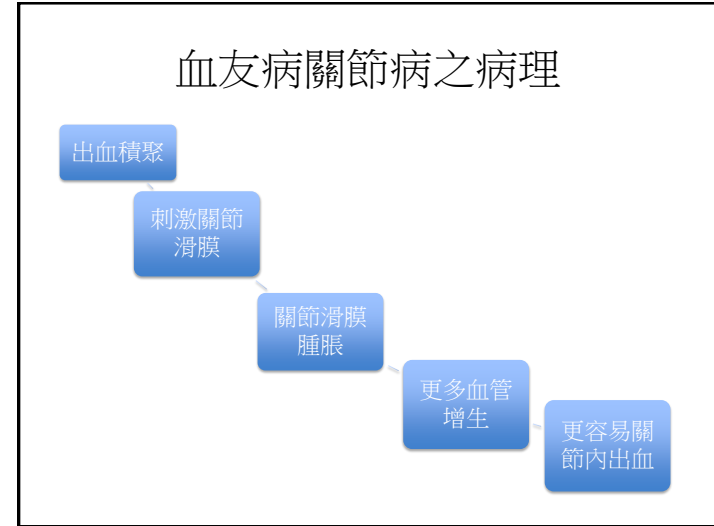
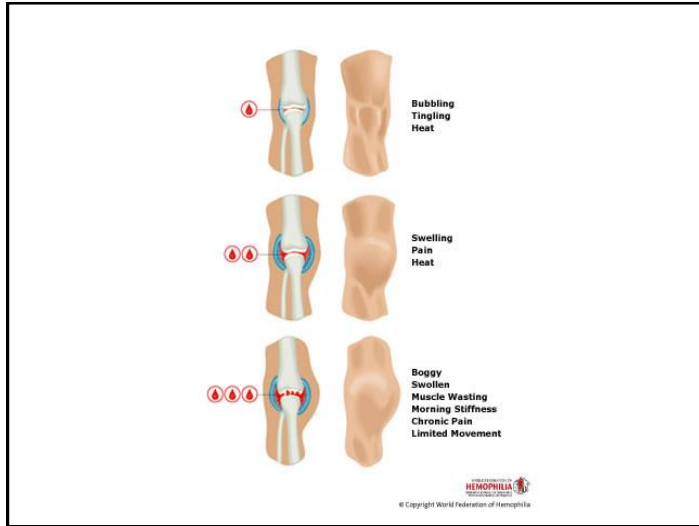
- 一般常見關節出血部位包括：
 - 膝關節
 - 腳踝關節
 - 手肘關節

- 手關節除受創傷外一般較少受影響。



一般病徵

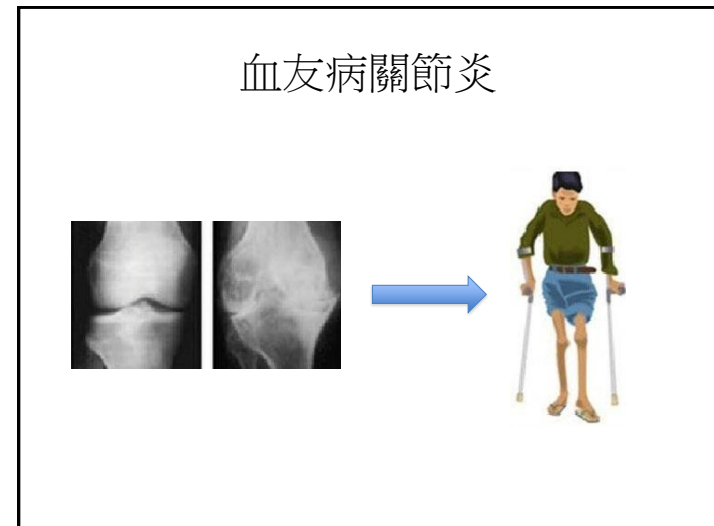
- 早期病徵：
 - 有種關節不太對勁的感覺。
 - 感到關節內有氣泡、麻痺或溫暖。
- 後期病徵：
 - 關節僵硬
 - 關節痛楚、疼痛
 - 關節腫脹
 - 關節不能完全伸直或不能負重等
 - 關節活動範圍減少



血友病關節病之病理

血友病關節炎：

- 關節內出血破壞關節內的軟骨。
- 關節變得僵硬、活動時引起痛楚、甚至失穩等。
- 關節附近的肌肉變得軟弱乏力。
- 隨著時日，幾乎所有關節內的軟骨被破壞，關節更有時甚至不能活動。



血友病關節炎



血友病關節炎



典型血友病關節炎姿勢

手肘、膝部、腕部及腳踝關節不能完全伸直。



血友病關節炎



血友病關節炎



物理治療與血友病關節炎

- 目的：
 - 減輕痛楚、消腫及急性炎症的徵狀
 - 增加關節活動範圍、增強肌力
 - 改善姿勢
 - 改善日常生活及自理能力

急性創傷處理

急性關節出血：

- 停止關節活動，固定關節
- 停止關節負重
- 敷冰及將患肢提高
- 利用壓力繃帶將患肢包扎



急性創傷處理

- 受創後24小時：
 - 如下肢關節出血，應盡量避免著力負重
 - 開始主動式關節運動，以及輕度的肌腱伸展
 - 如適用，可戴上關節保護扎或支架
 - 進行輕度肌力訓練
 - 繼續敷冰
 - 水療（如適用）



急性創傷處理

- 超聲波治療



急性創傷處理

- 間段式短波治療



急性創傷處理

- 透皮神經刺激治療



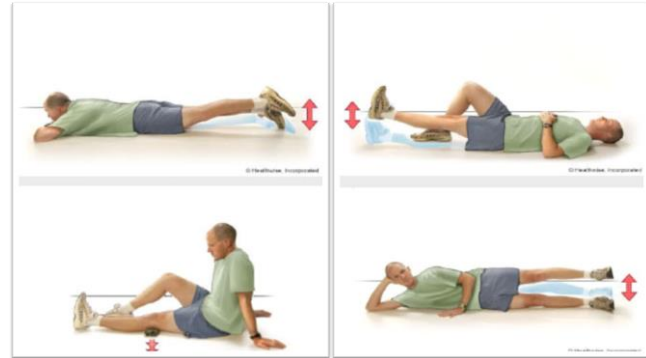
血友病常見關節手術

- 關節滑膜切除
- 筋腱放鬆
- 截骨重組
- 關節改換
- 關節固定
- 一般骨折處理
- 筋膜間隙綜合症

術後物理治療

- 目標：
 - 減低術前腫脹
 - 回復術前肌力及肌耐力
 - 增加關節活動範圍
 - 減低術後疤痕形成及縮緊
 - 改善步行姿勢

運動訓練 - 預防重覆受傷



運動訓練 - 預防重覆受傷

