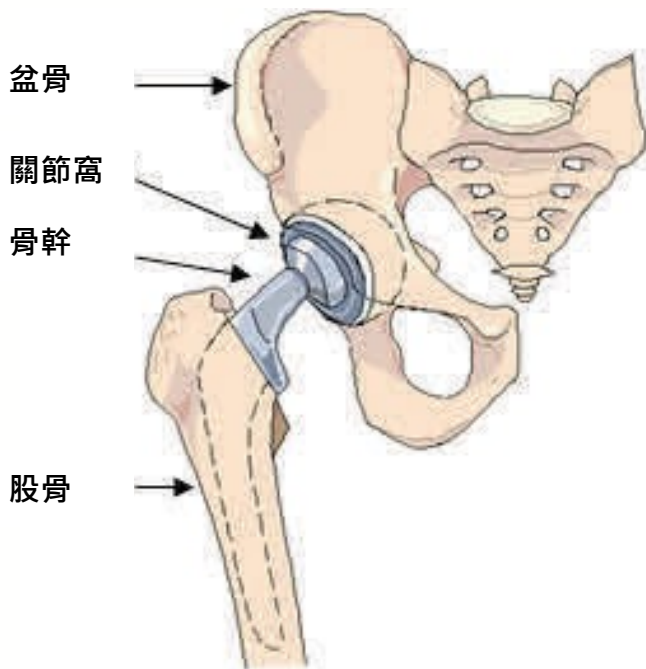


假肢髖關節脫位 (臀部)

髖關節脫位

髖關節是球窩狀結構。股骨 (大腿骨) 頂部的球狀端頭嵌入位於盆骨關節窩中。這個關節窩稱為髖臼。球狀端頭和關節窩的周圍有軟組織包裹著，構成了一個關節囊，關節囊的功能是讓股骨頭端保持嵌入在髖臼中。



在接受髖關節置換的所有人中，近 7% 的人會經歷至少一次髖關節脫位。隨著手術技術的進步，這個比例正在不斷下降。50% 的脫位發生在置換手術之後的 12 個月內，其中又有 50% 的人會再次脫位。

在置換手術過程中，關節囊需要被打開。這造成了髖骨脫位的危險，特別是髖骨受到不同尋常的壓力或被置於一些位置的時候。

你需要知道

- 如果發生多次脫位，可能有必要實施外科手術。
- 在脫位發生之前，有些人會感到髖部有彈跳或滑動的感覺。
- 部份病患需要佩戴助行金屬架 (Zimmer) 或是在膝蓋部位放置夾板，強制膝蓋不能活動。

幫助你恢復的提示

置換後髖骨復位程序是通過多次 X 光檢查，確認髖骨的位置是否正確。

當你從置換手術實施的麻醉藥中完全蘇醒之後，你或許就可以出院回家了。

對於大多數人來說，髖骨置換手術後第一次行走時都會心有餘悸。在出院之前，理療師將會幫助你作出相應的準備，恢復行動能力。

大多數病患會發現自己不再需要依靠器具設備輔助步行，並且疼痛也消失了。如果不是這樣，你需要再次住院治療。

假肢髖關節脫位 (臀部)

幫助你在家中恢復的提示

姿勢

坐姿：確保髖關節的位置高於你的雙膝。升高座椅的高度，或是使用毯子加高凳子的高度。在凳子或座椅底下放置一個小平臺可以幫助提升高度。汽車座椅通常都很低，因此需要在入座乘車之前檢查。坐下時身體不要前傾，避免髖骨彎曲超過 80 度，並且沒有活動空間。

睡覺：仰臥時在雙腿之間夾放一個枕頭，避免它們交叉或向內滾動。

防範措施

- 不要向內彎曲腳趾。
- 雙腿不要交叉。
- 做過手術的大腿彎曲不能超過 80 度。



幫助你在家中恢復的提示

浴室：便池加高裝置可以提升廁座高度，確保你坐下時髖骨不會過度彎曲。


家具：避免把物品放在櫥櫃底層的抽屜內，這樣你就不需要過度地彎腰了。撿拾器是極為有用的工具，能幫助你把放在地上的東西拿起來。

要求：

隨訪治療

- 你應該在手術之後 1 至 2 個星期內讓骨科整形專家為你作進一步檢查。急診部醫生能夠根據你的情況作出恰當的隨訪治療建議。
- 根據你所居住的地區的情況，你可能還需要前往私立或公立醫院接受理療。

尋求幫助：

-  如有緊急情況，你可以前往最近的醫院急診部或致電 000。

