

手術日期

年 月 日

回診表

日期/時間	號碼	備註



WWW.BONEBRO.COM

骨哥論壇



鈦合金互鎖式 遠端橈骨骨板



治療手腕骨折

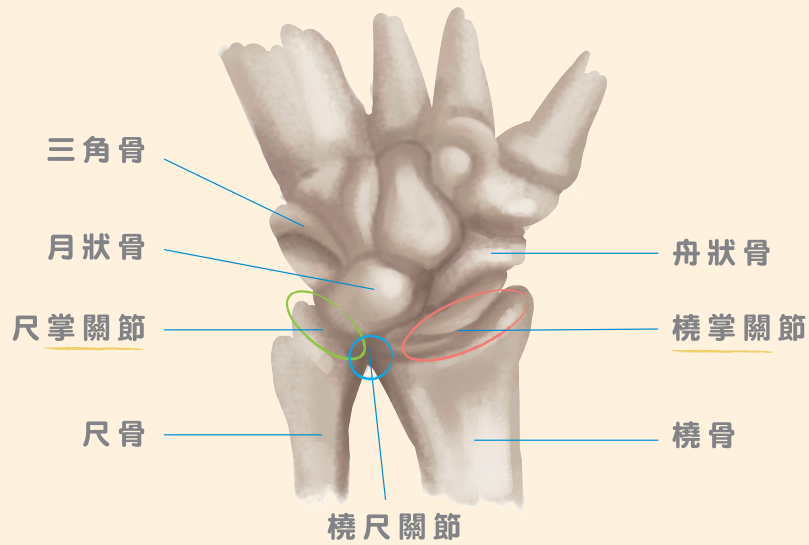
認識手腕



手腕是在日常生活中最常使用的關節之一，凡舉抬重物、開車門、打籃球、提菜籃等等皆會使用到手腕。如此多功能性及活動性的手腕如果不幸受傷或骨折，確實的治療和復原手腕功能對於生活品質相當重要。

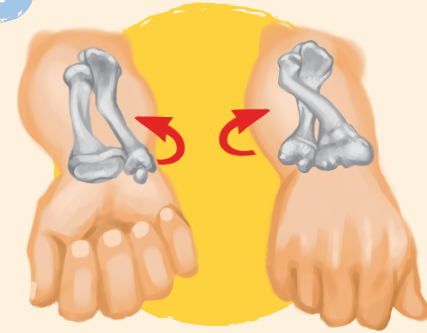
手腕的結構

手腕主要由腕骨、橈骨與尺骨所組成，而腕骨是由8個小骨頭所組成的。其中腕骨的月狀骨和舟狀骨與橈骨形成橈掌關節，主要負責伸屈和背伸的活動關節。橈骨與尺骨形成的橈尺關節則是負責旋前與旋後的活動關節。尺骨與三角骨形成的尺掌關節則是決定尺屈與橈屈活動度的重要關節。



手腕的活動

1



旋後
(supination)

旋前
(pronation)

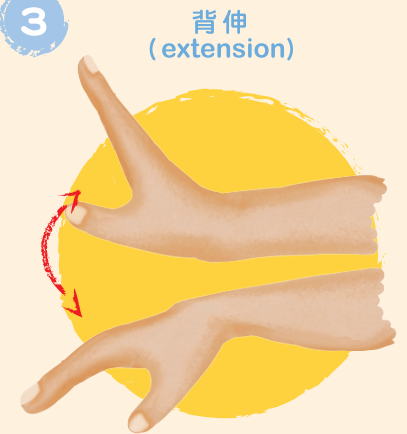
2



橈屈
(radial deviation)

尺屈
(ulnar deviation)

3



背伸
(extension)

掌屈
(flexion)

手腕骨折

為什麼會手腕骨折呢？手腕是最常見的骨折處之一，跌倒時會因下意識用手撐扶造成衝擊而導致骨折。通常骨質較差的人較容易發生骨折，如骨發育不良、正在生長期的兒童及骨質疏鬆的老年人，其中又因老年人活動力較低加上骨質疏鬆，導致跌倒時造成的骨折發生率最高。

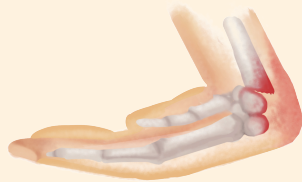
腕部骨折的常見類型有哪些？

1



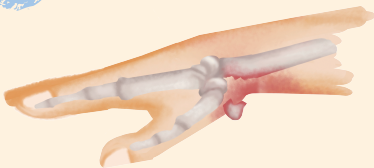
● 柯立式骨折 (Colle's fracture)

2

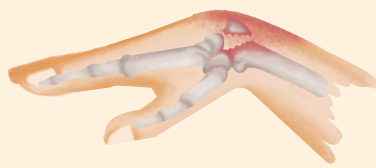


● 史密斯式骨折 (Smith's fracture)

3



● 巴頓式骨折 (Barton's fracture)



好的骨板該滿足什麼？



1 | 避免干擾肌腱及軟組織，降低不適感及併發症發生



2 | 生物相容性高，不易發生過敏反應



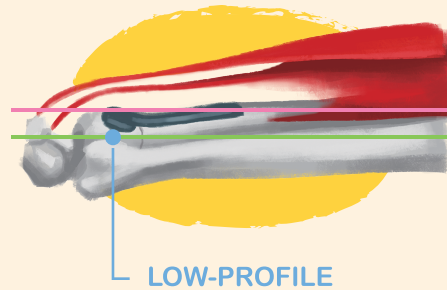
3 | 覆蓋骨折面積足夠，讓骨釘以適當的角度固定骨塊



4 | 螺釘與骨板不鬆脫



5 | 韌性足夠支撐骨折不易斷裂


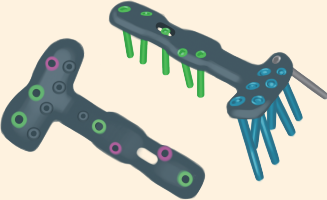
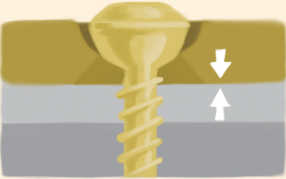



低姿態的末端設計能避免干擾肌腱

如果置入骨板時超出紅線，很可能會摩擦到肌腱造成不適感和併發症



常用骨板優缺點

一般骨板	鈦合金互鎖式骨板
	
 <p>採用加壓式的方式固定骨板，但與螺釘之間沒有鎖定的機制，對骨質疏鬆/粉碎性骨折載重力較弱有鬆動的危險性。</p>	 <p>互鎖式骨板與螺釘之間有互鎖的固定機制，能夠避免螺釘鬆脫骨板且分擔部分應力，術後患處也可提早活動。</p>
<p>骨板形狀並非專門為橈骨所設計的外型只能覆蓋到部分骨折處，螺孔也較少能固定的範圍有限。骨板厚度單一支撐力有限。</p>	<p>骨板根據橈骨的生理結構調整厚度有較大的覆蓋面積，對於較邊緣的骨塊也能固定，近關節面處較薄能夠避免摩擦肌腱造成的不適感。</p>
<p>不銹鋼材質韌性較高但是生物相容性較低</p>	<p>鈦合金材質有較高生物相容性經特殊表層處理強度也能提高</p>
<p>健保給付</p>	<p>自費</p>



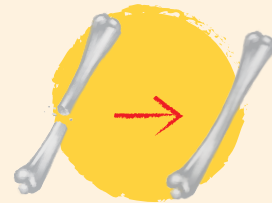
(1) 手術後為了減輕傷口疼痛及肢體腫脹不適，可依醫生囑咐冰敷傷口，一日4次每次20分鐘



(2) 患肢如有石膏夾板或石膏固定必須保持乾燥



(3) 請勿抽菸，以免影響骨折的癒合



(4) 一般骨折術後癒合時間為6至20個月



(5) 復原程度依照患者健康、年紀、骨折程度及是否有良好的生活習慣

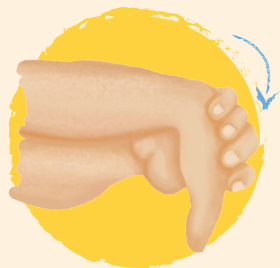


手術後須知

術後復健運動

骨折之後的術後復健運動有那些呢？

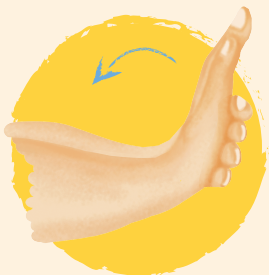
● 伸肌運動



維持 15-30 秒

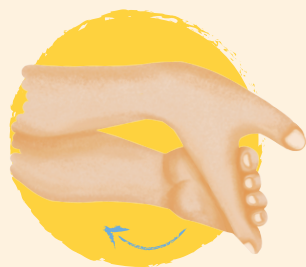
1. 將手臂伸直用另一隻手輕輕的將手腕往下彎曲至感覺到適度的肌肉張力為止
2. 維持拉肌肉的姿勢 15 到 30 秒並重覆 2 至 4 次，完成時試著將手握拳並重複 2 到 3 次

● 屈肌運動



維持 15-30 秒

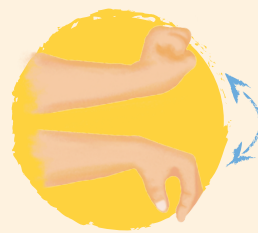
1. 將手臂背伸用另一隻手輕輕的將手腕往後彎曲至感覺到適度的肌肉張力為止



維持 15-30 秒

2. 重覆 2 至 4 次到能夠輕鬆完成時，試著將手指朝下掌心朝外並重複上一步

● 伸屈運動



各 6 秒

將掌心朝下伸出桌邊往上背伸並輕輕握拳後再向下掌屈放鬆手腕

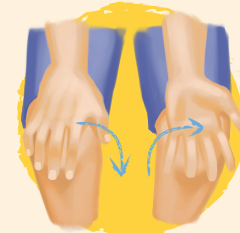
● 橫擺運動



各 6 秒

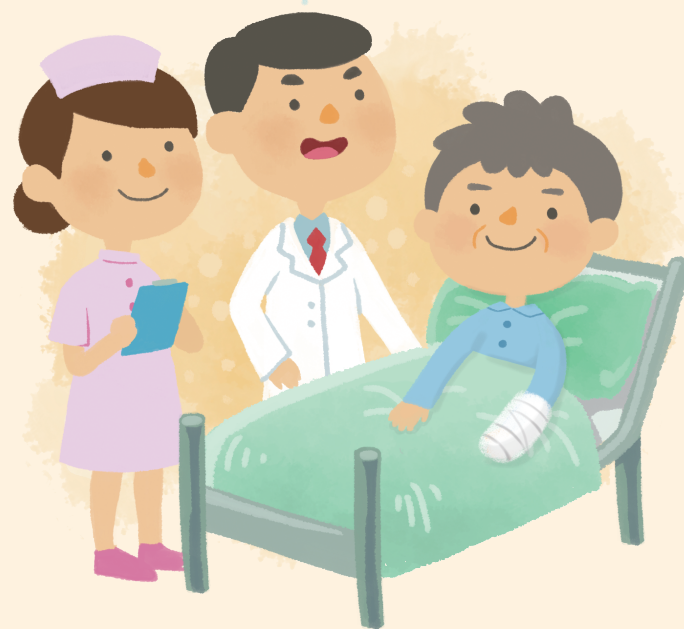
將手置於前方慢慢的朝左右擺動到能夠忍受的極限

● 翻掌運動



各 6 秒

將前臂輕輕放於大腿手掌旋後再旋前，在做此動作時盡量不要將前臂移開大腿



· 如有任何問題，請洽詢您的骨科醫師 ·

骨哥論壇

骨哥幫你解答 骨科的大小事

骨哥論壇為整合性的衛教資訊平台，綜合膝關節、髖關節以及脊椎三大關節的各層面問題。

WWW.BONEBRO.COM

骨哥論壇



1

骨哥告訴你什麼？



● 認識關節

簡單認識關節的構造以及了解如何預防關節病變



● 關節手術

各種關節手術方式與流程介紹



● 術後復健

圖文並茂的術後復運動指南

2

骨哥嚴選！



不定期更新衛教文章，隨時掌握骨頭最新知識！

3

關節自我評鑑



幫助您更了解自身狀況！