

全膝关节置换术的疗效

陈小建

四川现代医院骨科 610000

【中图分类号】R68

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 01-102-01

全膝关节置换术是一种人工关节置换外科手术，主要指的是机体没有办法自行修复的关节面，通过人工关节来代替已经损坏的关节，并矫正肢体力线，消除膝关节的病痛，来维持关节的稳定性，是恢复膝关节功能的一种现在临床上的治疗方法。膝关节有严重的外翻畸形或者是内翻以及严重的骨性关节炎的时候，因为这种症状会影响人们正常的负重行走，影响病人的正常生活。全膝关节置换术是病人在发生膝关节病变以后，需要采取的置换手术，应该在医生的指导下根据膝关节的病变程度选择适合自己的膝关节进行置换，所以如果发现膝关节发生了病变，应该及时就诊，在经过保守治疗都没有效果的时候，会采用这种置换手术，避免自己自行解决，以免耽误病情，错过了治疗的最佳时间，使病情加重。

老年性骨性关节炎也称为膝关节骨性关节炎和类风湿性关节炎这两种都是是膝关节中最常见的关节炎，在关节炎的晚期，会出现严重的关节畸形以及造成严重的活动障碍，这时候就要进行全膝关节置换术来进行治疗了，全膝关节置换术的治疗方法不仅会明显的减轻症状，而且还可以矫正畸形并改善关节的功能，现在这种手术已经使最常见的手术之一了。

为什么要进行人工关节置换手术

因为其他原因导致的关节结构发生了改变，光靠其他药物治疗是不能真正的达到目的，解除病根的，而且作用的慢，只能缓解部分的疼痛症状，而关节的 i 二狗变化使不能够通过药物来进行恢复的，但是全膝关节置换术不仅可以矫正畸形还可以缓解大部分的病痛，甚至关节的变化也可以通过此手术进行改变而恢复正常的状态，所以这是一种很有疗效的手术。

全膝关节的置换术的适应症

1. 主要是适用于 60 岁以上并伴有膝关节有严重疾病和病变的患者，同时还会发生关节疼痛、肿胀以及畸形和关节不稳得现象。这种症状已经严重影响到了日常的生活，经过保守治疗后无效得就可以进行此种手术。

2. 膝关节有各种炎症得发生，包括退行性骨关节炎、类风湿性关节炎、血友病等；

3. 创伤性得关节炎；

4. 膝关节滑膜性得良性肿瘤以及骨肿瘤；

5. 因为胫骨高位截骨经过手术后而发生得骨关节炎；

6. 结核、化脓性感染等静息性的感染性的骨关节炎症；

7. 缺血性以及软骨坏死性的病变。

全膝关节置换术的禁忌症

1. 机体有各种的炎症性疾病并且在膝关节的部位有感染性病灶的；

2. 膝部的神经性病变；

3. 膝部的肌力不足的时候；

4. 下肢尤其是膝关节周围的骨骼没有发育成熟；

5. 机体有不能控制的重要器官的疾病；

6. 不积极配合的患者；

7. 下肢伴有血管性疾病的患者；

8. 膝部周围皮肤不全的患者。

全膝关节置换术的术后康复

早期每天进行 2-3 次的功能锻炼，每次是 10-15 分钟左右，具体的锻炼方法应该根据住址医生的进行操作。

1) 肱四头肌的锻炼：绷紧大腿内侧的肌肉，然后尽量伸直膝关节；

2) 直腿抬高：在床上伸直紧绷的膝关节，然后将下肢稍抬起来一点使其离开床面；

3) 屈伸踝关节：一定要有节奏的进行屈伸；

4) 卧位屈曲膝关节：保持腿部不离开床面，然后将小腿退向远端滑动，尽量屈曲髋关节以及踝关节；

5) 坐位屈曲膝关节：坐在床边，小腿是下垂的状态，健康的腿需要放在患部的足踝前方，然后慢慢的进行挤压患肢，协助膝关节屈曲。

6) 还有在平地上走以及上下楼梯等其他的一些功能性锻炼，具体可以问自己的主治医师。

怎样保护膝关节

在日常的生活中不要剧烈的运动，减少需要大量运动的户外活动，比如：打羽毛球、乒乓球、登山等，这些活动都会磨损膝关节的屈曲动作。还应该给予膝关节足够的温暖，避免受风、受凉以及避免过多的下跪动作，可以多进行一些游泳、骑动感单车的活动。如果想要进行剧烈运动的话，要在剧烈运动前做好肌肉拉伸等热身动作，一定要避免膝关节部位受到外力的伤害。老年人在运动时也要保护好自己，保暖的同时也增加膝关节的稳固性，尤其是在睡觉前对膝关节进行热敷，也会有不错的效果，对膝关节也会起到保护的作用。

(上接第 101 页)

夜间是反流性食管炎发作的主要时段之一，因而患者应注意对自身睡眠习惯行为的调整。应尽可能的避免平卧，多以侧卧姿势为主。同时，可以调整抬高床头，一般在 15 到 20 度左右，从而有效缓解夜间的反流症状。

(五) 注意日常行为习惯

肥胖是目前临床上已知的可导致反流性食管炎的重要诱发因素之一，因而体型偏胖的患者应注意减肥，加强体育锻炼，合理控制饮食，增加腹部按摩，避免因腹腔内压上升而引起

胃内压力提高，造成胃酸的反流，但切忌服用泻药类减肥药物，避免加重病情。同时，反流性食管炎患者还应在日常生活中注意对裤带、腰带松紧度的控制，尽量不要收太紧，并少做下蹲、弯腰等动作，以避免挤压胃部，加重临床症状。

总而言之，反流性食管炎对人们的正常进食以及日常生活影响较大，我们现在对反流性食管炎已经有了一个较为全面的了解认识，大家在日常生活中应提高重视，加强预防，在配合治疗的同时做好相关的日常注意工作，以达到更好的防护治疗效果。