我的十字韌帶斷裂了，有哪些治療選擇？

Q：什麼是十字韌帶斷裂？斷裂時會產生甚麼症狀？

A：十字韌帶是維持膝關節穩定重要結構之一，十字韌帶分為前及後十字韌帶兩種，十字韌帶斷裂時病人常覺得運動或上下樓梯時膝關節不受控不穩定的感覺，常無法做比較激烈的運動。例如打籃球、打排球。當持續一段時間後，大腿肌肉開始萎縮、膝關節軟骨過度摩擦開始產生發炎疼痛、關節積液腫脹的症狀。隨著嚴重程度增加，病人有可能會出現軟骨磨損的病症，影響生活品質。

Q：如果我不接受開刀治療，還有其他治療方式嗎？

A：主要以積極復健增加關節周圍肌肉的力量，以增加膝蓋穩定度，減少軟骨磨損發炎；若產生疼痛不適，可以接受口服消炎止痛藥物治療。經積極復健後訓練出強而有力的大腿肌群，是可以暫時代替十字韌帶穩定膝關節的角色。

Q：我有哪些開刀的方式可以選擇？

A：關節鏡自體肌腱重建十字韌帶是主流手術，非關節鏡重建方式在各大醫學中心已沒有再做。

Q：重建一定要用自體肌腱嗎？有無其他選擇？

A：有異體肌腱可供選擇，但須自費，價格昂貴。

Q：開刀一定要做韌帶重建手術嗎？可以將斷裂的韌帶縫合就好嗎？

A：縫合斷裂的十字韌帶是有9成以上的再斷裂率，目前主流是做重建手術。

參考資料

一、Cochrane Systematic Review - Intervention Version published: 03 April 2016

二、Int J Surg. 2018 Aug;56:174-183

編印單位：骨科部
編印日期：113 年 07 月 25 日第一版
全院編碼：亞東醫院出版品 SH1152

宗　　旨：持續提升醫療品質
善盡社會醫療責任
願　　景：成為民眾首選的醫學中心