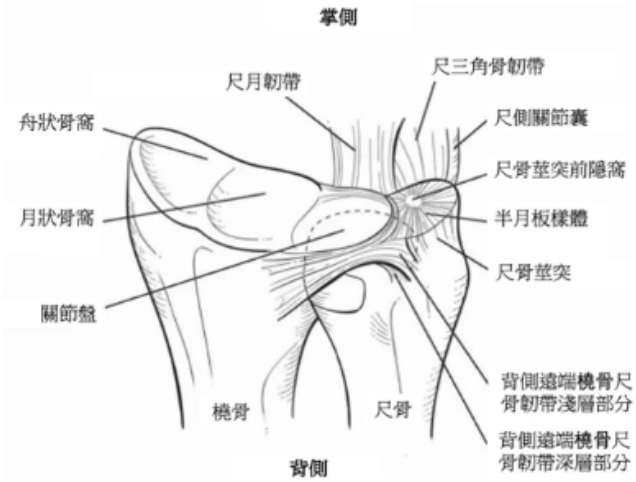
# 三角纖維軟骨韌帶撕裂

三角纖維軟骨是手腕關節尺側韌帶結構，是由一群韌帶及纖維軟骨所組成之複合體。其功能負責承接手腕尺側力量之傳遞及穩定遠位橈尺關節。三角纖維軟骨可能會因為急性扭轉、拉扯或撞擊而造成破裂；也可能因為長期尺骨與腕骨撞擊摩擦，而造成退化性的磨損。




## 症狀

臨床上病患症狀包括手腕尺側疼痛、前臂手腕旋轉無力及疼痛，或腕部關節不穩定合併尺骨頭半脫位 。

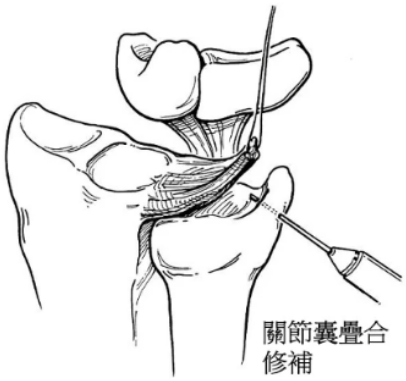
## 診斷

診斷以臨床的理學檢查，X光的檢查可鑑別是否合併腕關節病灶。核磁共振檢查MRI及腕關節鏡檢確診。

## 治療

急性傷害(一個月內)可以由石膏連續固定治療4週，治療期間石膏不可拆；若是石膏固定治療後症狀無改善或是亞急性病患(距受傷已間隔數週或月)，則建議以手術治療。針對三角纖維軟骨韌帶退化性破損合併尺骨撞擊、尺骨過長，除了韌帶修補之外，可能需同時進行尺骨縮短手術。術後石膏需固定約四週，合併後續之復健治療。恢復時程依病患復健之程度，需時約3-5個月。

手術方式，現今腕關節鏡微創手術傷口美觀，軟組織破壞少，內視鏡頭有放大效果，可使視野更清晰，縫合之位置更適切。縫合之方式有二: 一是以可吸收材質之錨釘打入尺骨附著點，直接進行縫合。另一則是以關節囊疊合之方式，間接拉緊韌帶，以達到增加關節穩定之效果。



## 手術內容

全身麻醉，以腕關節鏡進行韌帶修補，手術內容如前術可使用錨釘將破損韌帶植接縫回骨頭上，或使用關節囊疊合，以縫線將鬆弛韌帶拉緊。若有合併尺骨撞擊則會加做尺骨縮短術，在尺側前臂會有一個6~8公分的傷口，尺骨縮短後以鋼板固定。

## 術後注意事項

傷口照顧：依手術內容不同，手背會有二至四個關節鏡傷口(不到一公分的小洞)，若使用錨釘則尺側手腕會有一個兩公分的傷口，若有做尺骨縮短術，尺側前臂會有一個6~8公分的傷口。傷口注意不可以接觸到水，保持乾淨乾燥，2~3天換一次藥即可。換藥時以棉棒沾乾淨的生理食鹽水擦拭傷口，若傷口周圍還較濕潤、會微微滲血，可以抹上少量的新黴素(Neomycin)藥膏，再以乾淨的紗布覆蓋即可。若傷口已完全乾燥，則不需要塗抹藥膏，可直接附蓋紗布。若出院前醫師已幫您打上石膏，則千萬不可擅自拆掉石膏，傷口也不需自行換藥！！**(重要)**

拆線：醫師會幫您預約回診拆線的日期，通常在術後10~14天左右。拆完線的傷口還要再過五天才能碰到水，在這五天之內還是要保持乾淨乾燥，並且以紗布覆蓋。

術後會遇到的狀況：
傷口出血：少量出血是正常現象，換藥即可。若有較大量的出血狀況，請與醫師聯繫。
傷口疼痛：術後疼痛是正常現象，醫師都會幫您開立口服止痛藥物，請按照開立頻次服用。
無名指與小指麻木：這或許跟石膏固定姿勢有關，若有此症狀，請於回診時向醫師反應。

術後特別注意事項:

- 三角纖維軟骨韌帶修補手術後一定會打石膏, 需維持四週, 目的在防止手腕的旋轉動作, 使韌帶能達到良好癒合, 請務必配合治療千萬不要擅自拆開石膏, 以達到最好的手術結果！
- 四週拆除石膏後, 手腕僵硬是正常的, 請耐心配合醫師指示進行手腕活動度復健, 一般病患都會在術後三到六個月慢慢恢復正常活動。

台北榮民總醫院骨科部 手外科 關心您！