



髋关节置换

——患者康复指南

嘉思特医疗器材（天津）股份有限公司

地址：天津市南开区资阳路27号 电话：+86-22-23399501

传真：+86-22-23399503 网址：www.justmedical.cn

Just Medical Devices (Tianjin) Co.,Ltd.

Add: No. 27, Ziyang Rd, Nankai District, 300190 Tianjin, P. R. China

Tel: +86-22-23399501 Web: www.justmedical.cn

患者须知

如同世界上许多患者一样，您现在已经被植入髋关节假体，这种人工髋关节取代了您因病或因创伤（关节病、关节坏死、多发性关节炎或股骨颈骨折）而损坏了的髋关节。

全世界每年有 50 万以上的患者接受人工髋关节置换手术。人工髋关节置换术已经成为一项成熟的技术。您所使用的高新技术产品 JUST 系列人工髋关节，是由嘉思特医疗生产的。

一、为什么您需要人工髋关节？

把已经损坏的髋部的致通部分用设计好的人工髋关节组件所取代，称为髋关节置换。此关节代用品称为假体。有 80 种以上的疾病导致关节病变，并需要人工髋关节。对于一个患者，只要具备疼痛、畸形、功能障碍三者之一就有可能需要人工髋关节。对于股骨头坏死，如果股骨头有明显变形，则任何非手术疗法都是治标不治本。对于股骨颈骨折，采用人工髋关节置换术也是恢复健康最快的办法。如果您和您的医生都认为其他方法会使您卧床很长时间，还可能诱发其他疾病，对您的身体更加不利，就应考虑选择置换人工髋关节手术。

二、髋关节假体的组成

用于替代您髋关节的人工髋关节假体仿制了髋骨的不同部分，它包括三个部分：

(1) 股骨柄；(2) 髌臼 (或称髌杯)；(3) 股骨头或双极头、单极头、穆尔头 (当不需要置换髌臼时所需之大号股骨头)。

三、人工髌关节能使用多长时间？

现代人工髌关节置换术有 40 年历史。因此没有人能够告诉患者人工髌关节使用 40 年以后的情况。人工髌关节使用的终点一般是关节松动。欧美骨水泥人工髌关节 10 年松动率 (一般指关节松动和骨溶解) 在 5% 以下，羟基磷灰石喷涂的产品松动率约在 0.5% 以下。假体植入超过 15 年，松动的比例增加。松动的原因多数情况下由骨质不佳和磨损碎屑造成。

四、人工髌关节有什么好处？

- **解除疼痛**：疼痛在许多情况下是由于关节面神经外露至磨损面，以及周围软组织僵硬所致。大多数患者都是为解决疼痛问题而接受人工髌关节置换的。手术后因原来疾病所至之疼痛应立即消除，但手术伤口及软组织疼痛应当在三个月后消失，此后无论行走还是睡眠都没有疼痛，这是人工髌关节最大的优点。

- **活动**：如果术前关节活动有障碍，一般在手术 6 个月之后活动范围会加大。如果术前诊断是股骨颈骨折，则不会加大运动范围到骨折以前的程度。

- **矫畸形**：有许多畸形可以在术中矫正。

- **经济**：多数情况下人工髌关节置换术比许多保守疗法省钱和省时。1. 减少卧床时间。2. 减少卧床合并症：如脑血栓形成，

肺炎，胆结石，肾结石，褥疮。3 减少家人或医疗服务负担 (一人卧床，全家遭难)。

五、人工髌关节有什么风险？

1 **手术风险**：接受一个人工髌关节置换，有任何手术都有的手术风险和潜在的并发症的风险。在外科手术进行过程中和手术之后可能产生的并发症，包括感染、血栓、肺炎、脱位、假体松动、神经损坏等。此手术要求医生技术精湛。

2 **恢复期风险**：关节脱位、迟发感染、假体下沉。要求患者与患者家属之间，患者与医生护士之间的良好配合。

六、手术后的康复治疗与预防感染

手术后您将进行一套柔和的康复治疗，以帮助加强您新关节周围的肌肉功能，恢复您的运动范围。

七、术后一周以内

您可以坐在床边缓缓的活动您的脚。您将学习在日常生活中怎样保护您的新关节。医护人员将尽快帮助您开始一次走几步的练习。随着您的恢复，您将进一步用拐杖走路，再用手杖。在您出院之前，医护人员将指导您在您的家中每日怎样活动新关节。例如，教您怎样去浴室，怎样自己穿衣服，怎样坐下或站立，怎样拣东西和其它更多事。

您应当注意：

- 取平卧位。一般情况下不允许侧卧位，如特殊情况下（如预防并发症或治疗的需要）必须侧卧，须在医生指导下进行。翻身时应有人保护。
- 维护两腿分开，可在大腿间安放枕头。绝对避免髋内收（向内收拢）和旋转，必要时使用特殊夹板或穿丁字鞋或夹板。
- 卧床期间可以在医护人员指导下坐起或进行适度的功能训练。
- 坐位时置换的髋关节弯曲不要超过 90 度。
- 离床时必须有人搀扶，下地时必须持双杖且有人在侧看护。
- 如厕时必须使用加高坐凳。

八、在六周之后

您需要再次到医院对您的恢复状况进行检查。在大多数情况下，成功的髋关节置换术会解除您原来关节的疼痛和僵硬，并且使您重新获得许多每天的正常活动的的能力。但是，在您的手术之后，即使您恢复的相当不错，也仍然有一些限制。每日的正常活动不包括碰撞性体育活动或运动，以免使您的髋关节过度受力。

您应当注意：

- 避免进行高强度的体育运动（滑雪、柔道、登山等）。
- 避免负载过重，严禁超负荷负重运动，体重超重者应减肥。
- 请按医生指定的时间进行全面随访。

九、术后三个月以内

- 进行步态练习时必须借助工具。
- 禁止下蹲拣东西。一定要拣时，要用患侧腿跪下拣。
- 抬腿时不要将手术侧的膝关节上抬超过髋关节的高度。
- 睡眠时保持双腿间安放夹枕。
- 站立时应双腿分开足尖向外（足尖向内时关节不稳。大腿弯曲再加上足尖向内，关节头易脱出）。禁止髋关节内收、旋转，不能两腿交叉，单髋负重。
- 不要坐低座位的地方。（沙发、抽水马桶、小轿车）
- 不要系鞋带或袜带，穿裤子时应有人协助。
- 不要盘腿，翘二郎腿。
- 出入浴盆当心，应取坐位旋转进出且双腿并拢。
- 从床上下地时，或从车里出来时，双膝并拢。
- 不可骑自行车。
- 以上禁忌的解除因人而异，解除时间应和医生讨论。

十、感染并发症的预防：

感染无论前期或后期（术后若干年）都可能发生，并且很可怕，因为这些感染可能导致人工髋关节失败（永久性的或暂时的）。

（1）请您的医生务必治好手术侧下肢的任何感染或炎症。诸如：

- 一疥疮，脓肿，丹毒。
- 一腿部静脉曲张、溃疡。

—嵌甲感染，等等。

(2) 应杜绝远离腕部感染源，请您的医生治愈所有的感染，譬如以下方面的感染：

—牙科、耳鼻喉科、泌尿科、肺部以及皮肤科等等。

(3) 应杜绝宠物的抓咬，或者远离宠物。

人工腕关节置换术会使您过正常的生活，随疼痛的消逝和关节活动幅度的改善，您会忘记植入了人工腕关节这件事。您的随访时间是术后三个月、半年、一年、二年、五年、十年、廿年、卅年。各位患者：现在身体内有一个人工腕关节。它是您的身体的一部分，请按照本手册内的规定使用和养护。

请曾置换过人工腕关节的患者要注意：



避免腕关节处于易脱位的体位。腕关节内收、内旋、半屈位时最易出现假体撞击脱位，应避免在腕关节内收、内旋位时自坐位站起的动作；另外厕所坐桶不宜过低，防止出现身体前倾，双足分开，双膝并拢的不良姿势。



腕关节易脱位的体位。术侧腕关节处于伸直、内收、外旋位。因此患者向健侧翻身时务必小心。



髌关节易脱位的体位。这种体位多出现在翘“二郎腿”或女性穿鞋的动作，因此要培养病人术后正确的穿鞋姿势，此时易于出现假体撞击脱位。



1. 保持下肢经常处于外展位或中立位。
2. 6 - 8 周内屈髋不要超过 90 度。

手术患者资料卡

姓名		性别		年龄	
家庭住址			电话		
诊断					
病因					
辅助检查					
手术医院			手术名		
手术日期			医师		

股骨柄	合格证粘贴处
股骨头	合格证粘贴处
髌白	合格证粘贴处
双极头	合格证粘贴处
其他附件	合格证粘贴处

请手术医生将使用产品合格证贴上面的空格内

粘 贴 处

粘 贴 处

粘 贴 处

粘 贴 处

嘉思特医疗

手术追溯单

请手术医生将使用产品合格证贴上面的空格内,, 留给患者保存。

股骨柄	
股骨头	
金属外杯	
双极头	
其他附件	
医 嘱	