

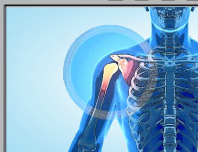
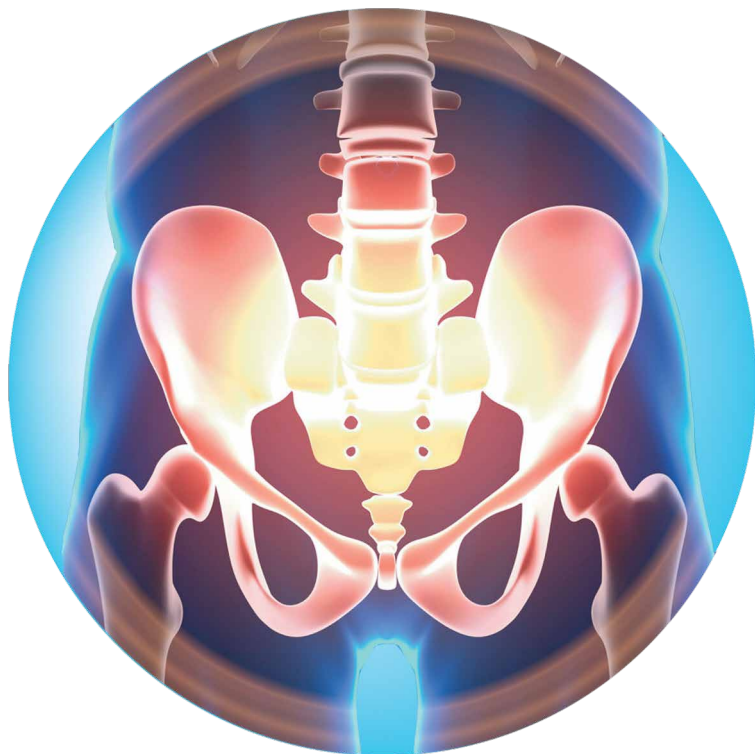


asia medical specialists
亞洲專科醫生



ISO 9001:2015
FS 550968

髌前下棘撕脱骨折的常见问题



什么是髌前下棘？

髌前下棘位于髌关节上方的突出点，亦是股直肌（大腿前部股四头肌的其中一块肌肉）的连接部分。

什么是髌前下棘撕脱性骨折？

「撕脱」一词意为「脱离」。因为股直肌的强力收缩将肌腱连同骨头由从未钙化的生长板（骺板）中一并扯脱。

这种情况通常会在踢足球时发生。

髌前下棘撕脱骨折是相对不常见的创伤，最常见于青少年运动员^{1,2}。青少年的肌肉相对强力，但骨骼则相对较脆弱。髌前下棘是由一个与骨盆主骨分离的小生长中心形成，髌前下棘和骨盆髌骨之间的生长板将会比较脆弱，直到两块骨骼在青少年晚期，骨骼成熟时融合在一起。



图一）青年足球运动员的X光显示右髌前下棘撕裂（箭咀）和正常左髌前下棘（箭咀）。

如何诊断髌前下棘撕脱性骨折？

从踢腿时腹股沟突然疼痛的典型病史，髌前下棘有压痛和X光结果中诊断。

骨折后可能会患有「骨突炎」（髌前下棘发炎），亦称为完整的疲劳性骨折。

运动员偶尔两边都会骨折³。

骨折亦有时候会被误认为是癌症⁴。

如何治疗髌前下棘撕脱骨折？

骨折一般会在2个月内愈合，期间需避免运动。

手术治疗可能加快复原并重返训练，但至今仍未被证实。

有报告甚至指出髌关节突骨折的疼痛及不愈合需要延迟手术治疗。

非手术治疗适合：

1. 轻微的移位骨折
2. 无须短期内重投运动的人

手术治疗适合：

1. 骨折移位2cm或更多 – 因存在著疼痛的不愈合和肌肉无力的风险，以及被移位的髌前下棘对股骨的撞击（棘下撞击）⁵
2. 希望尽快恢复全部功能的运动员髌前下棘骨折愈合后出现棘下撞击并发症的患者⁵
3. 髌前下棘骨折愈合后出现棘下撞击并发症的患者⁵（图2和图3）

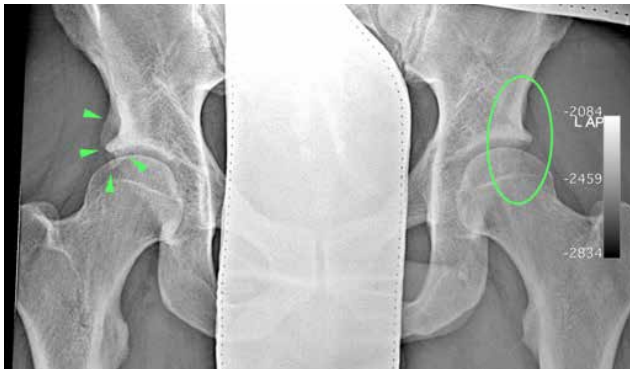


图2) 一名28岁足球运动员的X光显示右侧庞大及突出的髌前下棘（箭咀）和左侧的正常外观（圆圈）。



图三) 因髌前下棘撞击髌部，突出部份的末端被移除。被移除的骨头长约2.5厘米（1寸）。

保守治疗包括：

- 1.休息
- 2.止痛药
- 3.物理治疗
- 4.伤后约6星期后进行温和的强化运动

可以如常进行校内运动吗？

学生应避免进行一般运动，直到疼痛完全减退并已恢复体力和耐力，过程一般需要至少六星期。期间应该进行物理治疗，并加强锻炼，以取替常规的体育课程。

参考文献

有关本文章的参考文献部份，请浏览在我们网站（www.asiamedicalspecialists.hk）的完整版本。

此文章原文由亚洲专科医生以英文撰写
© 2012 亚洲专科医生，版权所有