

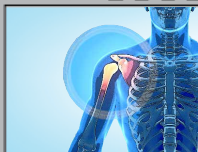
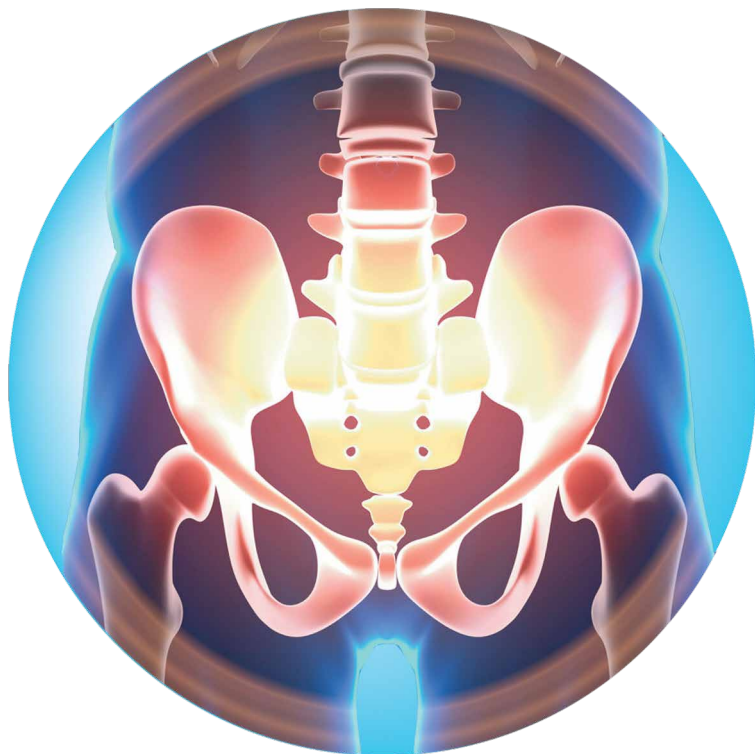


asia medical specialists
亞洲專科醫生



ISO 9001:2015
FS 550968

髌前下棘撕脱性骨折的常見問題



甚麼是髌前下棘？

髌前下棘位於髌關節上方的突出點，亦是股直肌（大腿前部股四頭肌的其中一塊肌肉）的連接部分。

甚麼是髌前下棘撕脫性骨折？

「撕脫」一詞意為「脫離」。因為股直肌的強力收縮將肌腱連同骨頭由從未鈣化的生長板（骺板）中一併扯脫。

這種情況通常會在踢足球時發生。

髌前下棘撕脫骨折是相對不常見的創傷，最常見於青少年運動員^{1,2}。青少年的肌肉相對強力，但骨骼則相對較脆弱。髌前下棘是由一個與骨盆主骨分離的小生長中心形成，髌前下棘和骨盆髌骨之間的生長板將會比較脆弱，直到兩塊骨骼在青少年晚期，骨骼成熟時融合在一起。



圖一）青年足球運動員的X光顯示右髌前下棘撕裂（箭咀）和正常左髌前下棘（箭咀）。

如何診斷髌前下棘撕脫性骨折？

從踢腿時腹股溝突然疼痛的典型病史，髌前下棘有壓痛和X光結果中診斷。

骨折後可能會患有「骨突炎」（髌前下棘發炎），亦稱為完整的疲勞性骨折。

運動員偶爾兩邊都會骨折³。

骨折亦有時候會被誤認為是癌症⁴。

如何治療髌前下棘撕脱骨折？

骨折一般會在2個月內癒合，期間需避免運動。

手術治療可能加快復原並重返訓練，但至今仍未被證實。

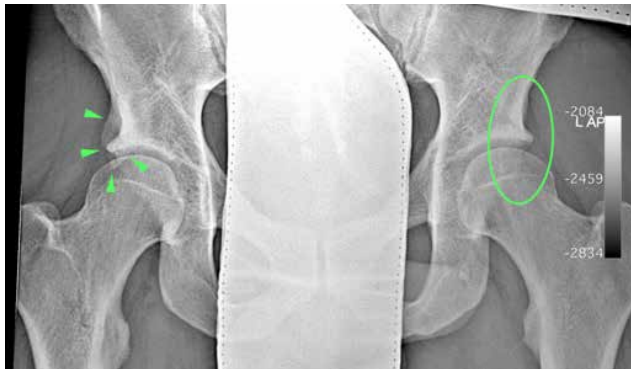
有報告甚至指出髕關節突骨折的疼痛及不癒合需要延遲手術治療。

非手術治療適合：

1. 輕微的移位骨折
2. 無須短期內重投運動的人

手術治療適合：

1. 骨折移位2cm或更多 - 因存在著疼痛的不癒合和肌肉無力的風險，以及被移位的髌前下棘對股骨的撞擊（棘下撞擊）⁵
2. 希望盡快恢復全部功能的運動員
3. 髌前下棘骨折癒合後出現棘下撞擊併發症的患者⁵（圖2和圖3）



圖二) 一名28歲足球運動員的X光顯示右側龐大及突出的髌前下棘（箭咀）和左側的正常外觀（圓圈）



圖三) 因脛前下棘撞擊腕部，突出部份的末端被移除。被移除的骨頭長約2.5厘米（1寸）

保守治療包括：

1. 休息
2. 止痛藥
3. 物理治療
4. 傷後約6星期後進行溫和的強化運動

可以如常進行校內運動嗎？

學生應避免進行一般運動，直到疼痛完全減退並已恢復體力和耐力，過程一般需要至少六星期。期間應該進行物理治療，並加強鍛煉，以取替常規的體育課程。

參考文獻

有關本文章的參考文獻部份，請瀏覽在我們網站（www.asiamedicalspecialists.hk）的完整版本。

此文章原文由亞洲專科醫生以英文撰寫
© 2012 亞洲專科醫生，版權所有