

## 骨性關節炎(osteoarthritis)

骨性關節炎，又稱退化/行性關節炎，是極之常見的關節疾病，患者一般會感到關節僵硬及疼痛，並嚴重影響其日常生活。炎症並非真的發生於骨骼上，而是關節內的軟骨組織不正常地受到侵蝕。軟骨組織有別於一般軟組織，在侵蝕磨損後便難以修補，身體收到軟骨受損訊息後，會形成骨痂，並長出囊腫(俗稱骨刺)。

### 成因

骨關節炎大致分為原發性及續發性。

原發性關節炎包括數種不同情況，最常見為全身性結節狀骨性關節炎，或者男性髖骨節炎。

續發性關節炎的成因很多，常見的有以下幾項：

1. 肥胖：身體過重會增強對負重關節，例如膝關節、踝關節及腰椎關節產生強大壓力
2. 關節面形狀異常：此現象尤見於癒合不正之骨折，不正確之骨骼結構會使特定部份之關節承受更大壓力，引起關節炎。
3. 關節排列不正：此現象因關節變形，骨折或先前手術造成的解剖構造位置不正確，尤其是接受膝關節半月板切除手術者。
4. 因為創傷或全身性韌帶鬆弛引起的關節不穩定，會導致關節受壓不均，引起關節炎
5. 遺傳性/發育性關節異常，如先天骨骺發育不良(epiphyseal dysplasia)、佩爾斯病(Perthes disease)等。
6. 代謝疾病或內分泌疾病
7. 炎性疾病，如類風濕性關節炎、痛風症及感染。
8. 骨壞死

## 9. 神經系統病變

### 徵狀

#### 臨床徵狀

1. 疼痛：當關節荷重時疼痛加重，停止關節運動後，所形成的磨損微粒會引起滑膜炎。所以我們會常見一類骨關節炎病人運動時不感到疼痛，但到休息時才感到痛楚及關節僵硬，而且維持一段長時間。
2. 活動幅度減低：此現象可歸咎於痛楚或關節的變形，限制程度會逐漸增大。
3. 功能障礙：痛楚及活動幅度限制會影響日常生活。其中一常見現象包括有膝關節炎患者不能行走樓梯及蹲下。

### 治療

#### 保守療法

1. 由醫生解釋病情，建議維持一定活動量。
2. 藥物治療：包括非類固醇消炎藥、止痛劑、適當時會進行透明質酸注射。市面上亦出現了一種稱為葡萄糖胺的營養補充劑，可以減少關節耗損，詳情可參照此網頁資料。
3. 物理治療：包括不同的手法、熱敷、超聲波、干擾電波等等治療，輔助藥物達到止痛效果。同時治療師會替病人作出活動調整及選擇合適的助行器具，使關節炎對生活影響減至最低。

#### 手術療法

1. 關節清除術
2. 關節固定術

3. 骨切開術
4. 關節成型術