

膝關節內窺鏡之術後指南

膝關節內窺鏡手術是利用特別的窺鏡及一束光纖線，從膝部切開的三個小傷口，放入關節內作直接的窺探，亦可進行縫補術或切除鬆脫的軟骨組織。這是一個簡單的外科程序，大部份病人可在術後即日出院。

術後可能出現之併發症

- ☐ 術後患肢有輕微的紅、腫、熱和痛的感覺。
- ☐ 病人應臥床休息及把患肢用枕頭抬高，以促進血液循環。這些正常炎症反應會維持至術後數天才會消失。
- ☐ 術後患肢會被包紮數層厚棉花及彈性繃帶，目的是減少患處因積血而引致的炎症反應。
- ☐ 手術後期亦要常穿上強力的彈性襪作保護。
- ☐ 每天定時冰敷患處可有效地減少紅腫及痛楚。必要時，可按醫囑服用止痛藥。

傷口之處理方法：

- ☐ 傷口應避免被水沾濕，減少感染的機會。
- ☐ 手術次日，繃帶及厚棉會更換為較薄的敷料，以方便觀察傷口及敷冰。
- ☐ 內窺鏡傷口一般無須拆線。
- ☐ 請勿自行開 及接觸傷口。

回復正常功能及肌肉鍛練：

- ☐ 除非醫生特別指示，手術後可正常走路。需要時可用拐杖作輔助，但切記勿作劇烈運動及拿重物。

- 出院前會約見物理治療師編排適合的康復運動計劃。
- 如康復進度滿意，可以逐漸地參與日常的運動。

如有下列的情形發生,請立刻回院就醫。

- 持續有、紅、腫、發熱，而情況有惡化現象。
- 傷口劇痛且服用止痛藥也無效。
- 傷口流血或膿，並發出惡臭。
- 患肢感覺麻痺及失去知覺。