

淺談股骨頭缺血性壞死

◎林口長庚骨科主治醫師 胡志堅

股骨頭缺血性壞死，顧名思義就是股骨近端髖關節內的骨頭，因為局部缺血導致骨壞死的情形。骨頭壞死不僅僅會發生在股骨頭，其他如肱骨頭、股骨遠端、脛骨近端及手或足部的小骨頭都可能發生，但以股骨頭最為常見。為什麼會造成壞死，真正的致病機轉仍未完全明白，但是有幾個危險因子經證實會增加骨頭缺血性壞死的機會，例如：喝酒、抽菸及粗重的工作與股骨頭缺血性壞死有關，喝酒的量跟次數與發生壞死的機率成正相關，喝得越多危險性越高。在台灣還有另一大主因，就是長期、大量或錯誤使用類固醇，類固醇本身是相當重要且藥效良好的藥品，很多免疫性的疾病都需要用到，但是不當濫用卻會造成併發症，常見的併發症有肥胖、水牛肩、下肢積水浮腫、免疫力的喪失與本篇所探討的疾病：股骨頭壞死。另外，外傷導致的股骨頸骨折或髖關節脫臼之後，部分的病人也會發生股骨頭壞死。常見的症狀在初期為髖關節深部或大腿內側疼痛，特別在長時間站立或行走後更為加重，休息後稍稍減輕；後期因長期疼痛、肌肉痙攣和髖關節變形導致下肢活動度受限，甚至產生關節僵硬或長短腳等症狀。

治療方面，發生初期股骨頭還沒有塌陷變形的情況下，可做保留股骨頭的手術來避免壞死繼續擴大，如股骨頭鑽孔減壓術，降低骨內壓力並增進股骨頭血液循環，希望再生新骨，術後再給予一些抗蝕骨細胞作用的藥物（如：雙磷酸鹽類），可以進一步減少股骨頭塌陷的機會。到了疾病中末期，股骨頭已經出現塌陷變形的情形，不管做什麼保骨手術或藥物治療，都不可能回復原來正常健康的股骨頭一樣，這個階段的手術治療主要以人工髖關節置換為主，術後恢復時間短，可以很快的回復正常關節功能。近年來因為科學的進步，人工髖關節在生產技術、材料上，讓磨耗減低，因此延長使用年限，並大大減低關節脫位等併發症機率，是個效果很好的治療方式。

關於股骨頭缺血壞死，最重要的還是預防勝於治療，要盡量避免相關危險因子，戒菸、戒酒、不濫用藥物，都可以有效降低發生機率。如果已經發生，早期發現早期治療，大部分患者均有不錯的療效。因此如果有髖關節疼痛等相關症狀時，建議儘早前往門診尋求專業醫師協助，才能保有強健的雙腳。✚