

跑馬地

養和醫院

香港跑馬地山村道2號李樹芬院2樓

電話：(852) 2835 7890

傳真：(852) 2892 7517

osmc@hksh-hospital.com

www.hksh-hospital.com

辦公時間

星期一至星期五：上午十時至下午六時

星期六：上午十一時至下午三時

星期日及公眾假期休息

敬請預約

肩膊肌腱



養和

查詢或預約，歡迎聯絡我們

肩膊肌腱由四組肌肉及肌腱組成(棘上肌、肩胛下肌、棘下肌及小圓肌)，在肩關節部份包裹著上臂，固定臂骨的肱骨前端，令肩關節更穩定，手臂轉動時也更有力量。

甚麼引致肩膊肌腱撕裂傷？

過度使用肌肉和肌腱，不停重複雙臂高舉過頭的動作(如打網球或舉重等)以致重複磨損，會造成肩膊肌腱撕裂。而受傷(如嚴重跌倒)、肩膊骨折或脫位亦會導致撕裂。病人大多肩痛復發數月，四十歲以上人士最常受影響。

發生撕裂傷時會怎樣？

肩膊肌腱撕裂時，患者會感到痛楚及無力。大部份撕裂傷集中在棘上肌腱，不過肩膊肌腱其他部份亦會受影響。提起或放低手臂會令痛楚加劇。郁動手臂時，肩關節部份或會有脆裂感覺，個別病人會覺得無力。如情況嚴重，晚上或睡覺時壓著手臂亦會疼痛。

如何診斷？

肩膊肌腱撕裂傷可經臨床診斷，檢查方法包括X光、磁力共振掃描及超聲波。

醫生會查問患者病史，檢查肩膊、頸項及腹部，以確定病症及排除其他成因。X光檢查不時可驗出骨刺。磁力共振掃描則適用於檢查軟組織，以及肩膊肌腱撕裂傷的程度和範圍。

此症該如何治療？

非手術治療

非手術治療可以紓緩痛楚，改善肩膊功能。

方法包括：

- 止痛藥及消炎藥
- 休息
- 物理治療
- 局部注射類固醇

手術治療

如有以下情況，患者應考慮接受手術：

- 非手術性治療無法紓緩症狀
- 新近創傷造成的急性肩膊肌腱撕裂傷，有明顯症狀
- 肩膊經常活動

手術治療可以：

- 移除骨刺，免除磨損肩膊肌腱
- 修復撕裂的肌腱

有關手術大多透過關節內窺鏡進行，亦有外科醫生選擇用小切口或傳統切口方法。

手術後的復康治療

修補好肌腱後，患者要戴上手托固定，直到撕裂傷復原為止，所需時間視乎撕裂範圍大小而定。患者在手術後一般需要接受物理治療。肩膊可以隨意活動，建議作適量運動，以盡快回復肩關節功能。留意復原可能需時數月。