

國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院新聞稿

主題：年輕人肩關節脫臼要小心！習慣性脫臼風險大

發表日期：111年10月25日(星期二)

發表人：骨科/洪志凱

35歲的吳小姐非常熱愛運動，尤其喜歡打羽球。2年前一次左肩膀脫臼受傷後，接下來幾乎每個月都會有肩膀脫臼的情況，且除了運動外，甚至連睡覺、打蚊子都曾肩關節脫臼過。反覆性肩關節脫臼的狀況不但讓吳小姐無法從事運動，也嚴重影響生活的品質。

在接受檢查時發現，吳小姐的左肩關節唇有大範圍的破裂。經微創肩關節鏡手術修補，配合後續的復健訓練，吳小姐已可重新享受運動的樂趣。

成大醫院斗六分院骨科洪志凱醫師表示，肩關節是人體中活動角度最大的關節，也是最常發生脫臼的關節。大部分人發生脫臼時會感受劇烈疼痛，但也有部分患者在發生脫臼瞬間又自動復位；也因此不少人誤以為關節脫臼的治療很容易，只要把脫臼推回去就完成治療。

實際上，發生脫臼的同時，關節及附近相關的軟組織也會受到傷害，像穩定肩關節的重要組織關節唇，一旦破裂可能會產生肩膀疼痛與關節不穩定的狀況。

治療肩關節脫臼的首要目標，就是希望關節不要再脫臼。洪志凱醫師指出，習慣性脫臼可能讓受傷的組織擴大，除了關節唇或關節囊的受傷範圍變大，更嚴重者甚至會造成肩胛骨或肱骨的骨頭缺陷，不僅惡化關節的穩定度，也大幅增加治療的難度。

成大醫院骨科團隊針對台灣的資料研究發現，在發生首次的肩關節脫臼後，有近2成的患者會發生第二次、甚至第三次的肩關節脫臼；而有超過一半以上的肩關節再脫臼，發生在首次脫臼後的2年內。研究也發現，男性與年紀輕的患者，是發生習慣性脫臼的重要危險因子。

通常外傷性肩關節脫臼可先採取保守治療，以三角巾固定2-4週後，再進行積極復建訓練。但是，若肩關節組織受傷程度嚴重，或是產生習慣性肩關節脫臼，則需考慮手術治療。

洪志凱醫師也提醒年輕人與從事肢體碰撞的運動員，因為是產生再次

脫白的高危險族群，若遇到肩關節脫白，建議要就醫評估其肩關節受損程度，以利安排後續治療計畫，避免關節再次脫白。

(本篇內容旨在提供一般醫療衛教知識，如有不適或疾病，應尋求專科醫師的診治，以免貽誤病情，並能獲最佳治療的效果。)



洪志凱醫師資歷：

專科別	現職	經歷
骨科 運動醫學 小兒骨科	國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院 骨科醫師	<ul style="list-style-type: none"> ● 成大醫院骨科部住院醫師 ● 日本東北大學附設醫院短期研修 (肩關節手術) ● 日本神戶大學附設醫院短期研修 (運動醫學)

專長
<ul style="list-style-type: none"> ● 運動醫學與關節鏡手術 ● 兒童與青少年運動傷害 ● 兒童骨折 ● 肩肘關節與膝關節疾病

新聞聯絡人：管理中心行政組／高得芳

電話：(05)533-2121 分機 6203