

Home › 地方 › 手腕痛到連毛巾都擰不了 「關節鏡微創」揪出痛源

地方 即時

手腕痛到連毛巾都擰不了 「關節鏡微創」揪出痛源

2026-09-08 12:29



手腕疼痛的原因相當多元，骨科醫師表示手部關節鏡可協助患者找出病灶並進行修復。（圖：嘉基提供）

手腕疼痛看似常見，卻可能與關節內部的軟骨、韌帶或滑膜病變有關。骨科醫師表示，隨著微創技術進步，手部關節鏡能以數個微小切口深入關節腔，在清楚視野下找出病灶並進行修復，為手腕關節疾病提供更精準、友善的治療選擇。

不少人都會有「只是轉個鑰匙，手腕卻突然痛到不行」、「擰毛巾、開門時，手腕總是使不上力」的情況。嘉義基督教醫院骨科醫師張智勛表示，手腕疼痛的原因相當多元，尤其手部關節結構細小而複雜，若要精確掌握關節內部狀況，傳統手術往往需要較大的切口才能充分暴露病灶。手部關節鏡則是透過微小切口置入細微鏡頭與專用器械，讓醫師能直接在螢幕上觀察關節腔內部，進一步進行診斷、清除、修補或重建，減少對周邊正常組織的影響。



醫師提醒，手腕痛並非只能「忍一忍」，更不要長期依賴偏方或自行處理，應及早就醫。（圖：嘉基提供）

醫師張智勛說明，手部關節鏡可應用於多種手腕及手部關節問題，包括俗稱手腕「避震器」的三角纖維軟骨複合體（TFCC）撕裂、手腕韌帶損傷、滑膜增生、軟骨缺損、腱鞘囊腫，以及遠端橈尺關節病變等；對於常見的拇指基底關節炎，也能協助醫師進行關節內評估與相關治療。對患者而言，微創治療最大的優勢就是「傷口小、疼痛相對少、恢復較快」，可讓患者更快回到日常生活及工作。

醫師提醒，手腕痛並非只能「忍一忍」，更不要長期依賴偏方或自行處理，若疼痛持續或影響生活，就應尋求專業協助。若發現手腕或手部關節持續疼痛、活動受限、無力，或某些特定動作會反覆誘發疼痛，建議及早就醫，透過專業醫師精準診斷與適當治療，才能真正找出痛源，讓雙手重新恢復靈活與自在。（龐清廉報導）