维普资讯 http://www.cqvip.com

局解手术学杂志 2007年第16卷第5期
J Regional Anat & Operative Surg,2007,Vol.16,No.5

封闭治疗519例踝关节扭伤体会

Experience in treatment of joint strain by local blocking in 519 cases

王丽红[1],左艳芳[2] (第三军医大学:1.附属西南医院门诊部;2.基础医学部外科应用解剖与手术学教研室,重庆 400038)

[关键词] 封闭;踝关节扭伤
[中图分类号] R684.7 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2007)05-0332-01

踝关节扭伤是临床上一种很常见的外科疾病,在人体关节的损伤中发病率最高,多由间接暴力和直接暴力所致软组织扭伤,以内翻位外侧副韧带损伤最多见,与受伤的姿势有密切关系,可发生在任何年龄,以青壮年学生居多,男性多于女性[1]。但常因医师及患者不重视、早期治疗处理不及时致遗留长期的、顽固的踝关节疼痛,给治疗和患者生活带来诸多不便。我院自2005年6月至2007年6月采用封闭治疗踝关节扭伤319例,疗效满意。现报告如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

本组319例,其中男208例,女111例。年龄14~47岁。其中踝关节内翻扭伤228例,外翻扭伤81例。均有踝关节顽固性疼痛、功能受限(不能或不耐行走及活动)、局部肿胀、压痛明显等症状。

1.2 治疗方法

1.2.1 封闭治疗 曲安奈德5 mg(0.5~1 ml)或者得宝松1 ml、1%利多卡因针2~5 ml。采取踝关节周围压痛点局部注射。必要时隔周重复1次,一般不超过3次。

1.2.2 有限制动 若韧带撕裂或撕脱损伤严重者,用绷带或夹板固定踝关节于中立位置4~6周时间。内翻扭伤采用轻度外翻固定,外翻扭伤采用轻度内翻固定。固定期间可行走及活动,但避免持久行走、超负荷负重和剧烈运动。[2]。

1.3 疗效评定标准

治愈:踝关节肿痛消失,关节稳定,活动功能正常;好转:踝关节疼痛减轻,轻度肿胀或皮下瘀斑,关节欠稳,步行欠力,酸痛;未愈:踝关节疼痛无明显改善,关节不稳定,活动受限。

2 结果

本组319例,治愈206例,好转103例,未愈10例,有效率达97.6%,治愈率为64.7%。疗程最长4周,最短1周,平均2周左右。无效病例中10例为伴有踝关节骨关节炎患者,2例为应力X线摄片异常患者。

3 讨论

踝关节位于人体下肢底部,由胫骨关节面和胫腓骨骨的内外踝关节面与距骨滑车构成,关节囊的前后壁薄而松弛,关节头前宽后窄。踝关节靠周围的韧带维持其稳定性,踝关节的背伸和跖屈发生于胫距关节,内外翻发生于距下关节。踝关节扭伤临床上较多见为外侧三束韧带,其次是内侧三角韧带、胫腓横韧带及踝关节关节囊损伤。韧带的损伤一般发生在骨附着点,致局部毛细血管破损、出血,产生血肿及水肿,组织液渗出刺激神经末梢而疼痛[2-3]。如不进一步刺激及损伤,局部血肿及水肿逐渐吸收,胶原纤维产生,韧带组织逐渐修复,病变痊愈;如遭到进一步及反复的损伤,则局部组织反复水肿、渗出,产生慢性无菌性炎症,组织修复受阻,局部逐渐出现疤痕、粘连。踝关节扭伤,较严重时可使韧带断裂或不完全断裂,治疗不当可后遗关节不稳定,容易反复扭伤,久之继发创伤性关节炎因此对其治疗应像骨折一样重视[4]。

采用封闭、有限制动的方法局部注射麻醉药物可以起到缓解疼痛、松解痉挛、改善血液循环等作用,确炎舒松具有抗炎、减少炎性物渗出、消除细胞间质水肿及抑制粘连、增生的作用,两药合用直达病所,不但能消除炎症、疼痛,同时也能促进组织修复。另外可用温水泡两脚,同时两脚互相搓,以促进脚部的末梢血液循环,有条件的还可配合理疗和针治疗,并及早进行踝关节的功能练习[2]。若韧带撕裂或撕脱损伤严重者,有限制动的方法不仅有效地限制踝关节外翻或内翻、增加踝关节的稳定性,而且不影响行走和日常生活同时能防止下肢废用性萎缩及水肿,防止踝关节强直、僵硬,患者非常乐于接受。在对病人治疗过程中进行健康教育,加强踝关节的功能锻炼,如进行跳绳练习、负重提踵练习等,从而使踝关节周围肌肉发达,韧带坚固,一旦发生意外,能够承受一定负荷,以避免和减少损伤。

[参考文献]

[1] 矫 玮.运动损伤学双语教程[M].北京:北京体育大学出版社,2003.19-23.
[2] 陈 琳,胡 柳,张建营,等.踝关节损伤及其预防[J].临床和实验医学杂志,2006,5(9):1375.
[3] 罗振东,翦晓明,赵若愚.踝关节骨折的手术治疗[J].局解手术学杂志,2004,13(1):8-9.
[4] 章士美,雷茂强,石东梅,等.消肿止痛膏外敷治疗急性踝关节扭伤304例[J].中医外治杂志,2006,159(4):23.

(编辑:郭光金)

[收稿日期] 2007-04-28 [修回日期] 2007-05-30