



肩周炎的西醫治療

港島東聯網 矯形及創傷外科

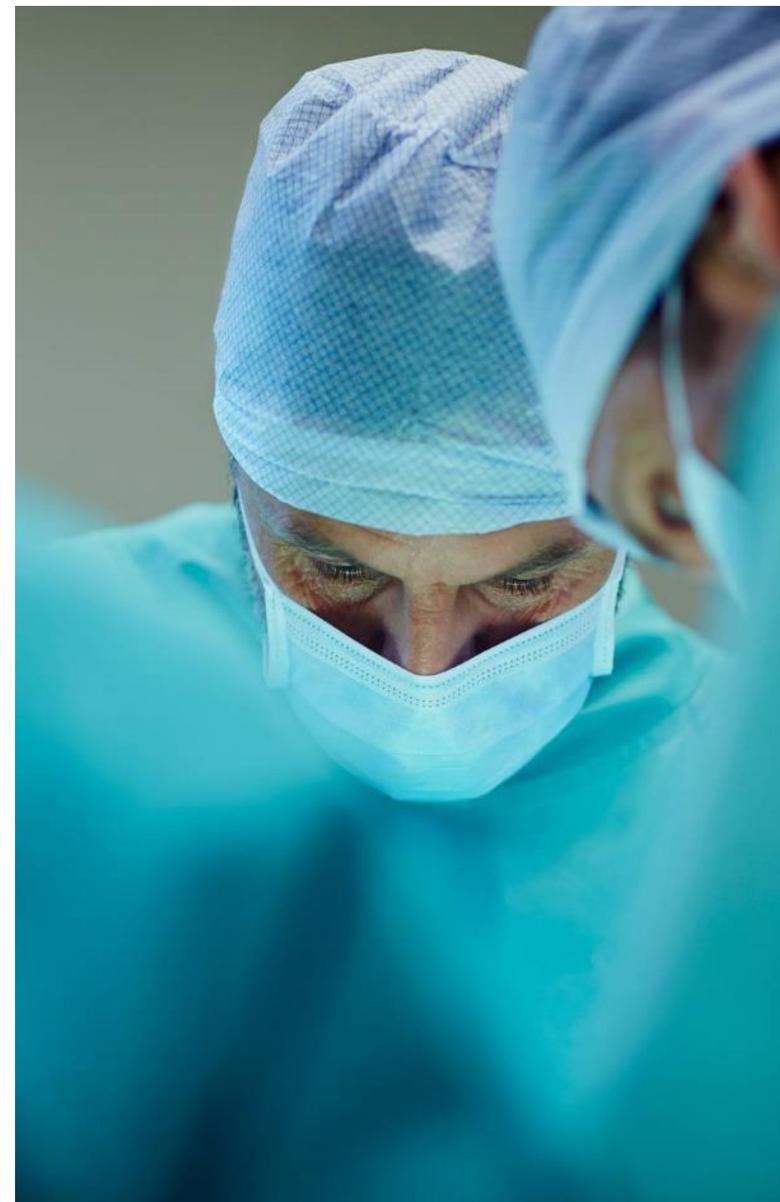
陳子弘醫生 (MBBS, FHKCOS, FHKAM)





肩周炎

1. 成因
2. 病徵
3. 診斷
4. 治療

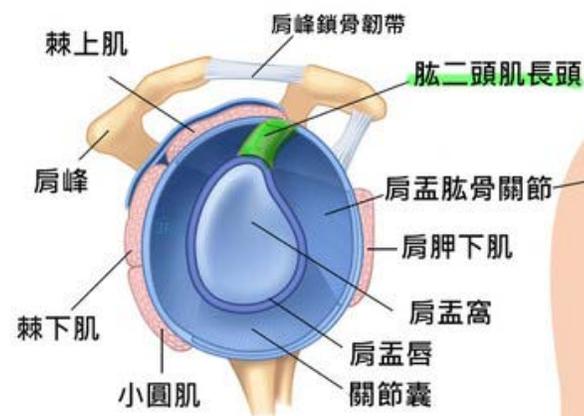


簡介

- 沾黏性肩關節囊炎 (adhesive capsulitis)
- 多發生在四十至六十歲的人士
- 又名「五十肩」、「冰凍肩」或「凝肩」
- 女性較多
- 由於圍繞肩關節的組織發炎而形成



肩關節解剖圖

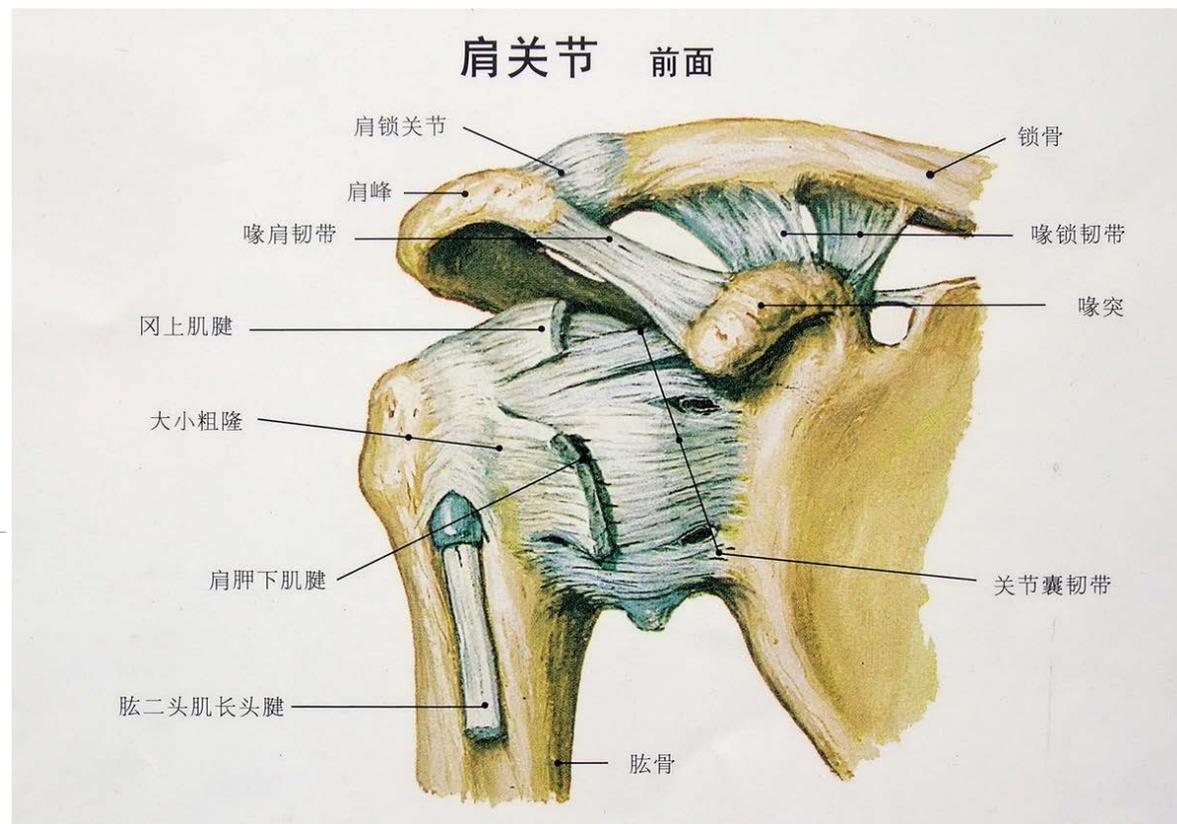


←前側 肩關節內側面觀 後側→

右肩肩膀前側



肩关节 前面



肩關節是一個球-窩關節(ball-and-socket joint)，由肱骨的頭部和肩胛骨的肩盂(glenoid)組成的

成因

- 肩膊周邊有一層關節囊，和肌肉、韌帶一起維持關節的穩定
- 在肩周炎的病人中，關節囊會形成疤痕組織，令關節囊變厚和收縮，限制肩膊的活動能力



成因

- 創傷引起 – 因痛楚減少活動
- 手術引起
 - 肩膊手術
 - 乳癌手術腋下淋巴切除
- 病因不明
 - 風險因素
 - 糖尿病 - 13.4% (Zreik 2016)
 - 甲狀腺疾病

病徵

- 痛楚
- 僵硬
- 影響日常生活或工作
- 病程發展可分為三期



- 此階段主要為疼痛，活動受痛楚影響
- 持續二至九個月

第一期 - 疼痛期

第二期 - 冰凍期

- 痛楚較為緩和，但僵硬持續甚至惡化
- 所有活動範圍均減少
- 持續四到十二個月

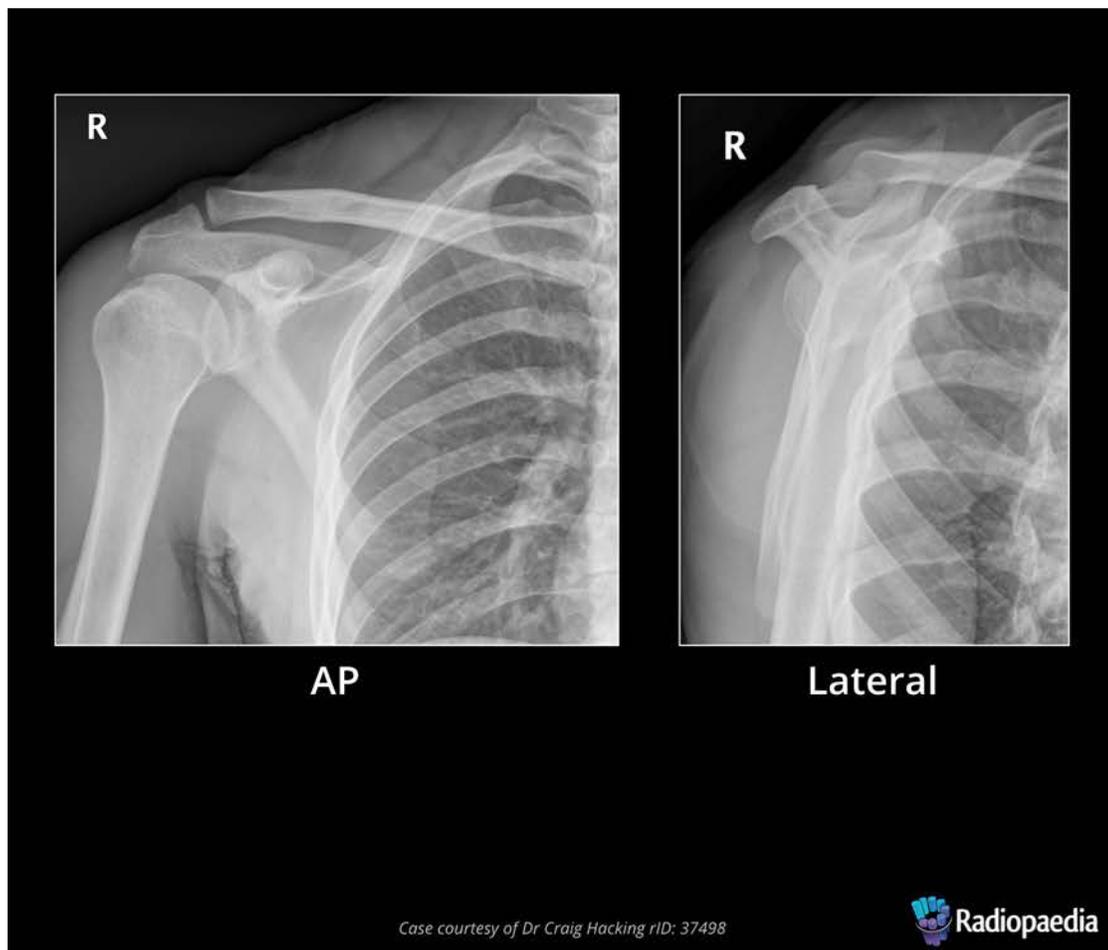
- 活動幅度逐漸回復正常或接近正常的水平
- 可能長達一至三年

第三期 - 解凍期



診斷

- 問病歷
- 臨床檢查



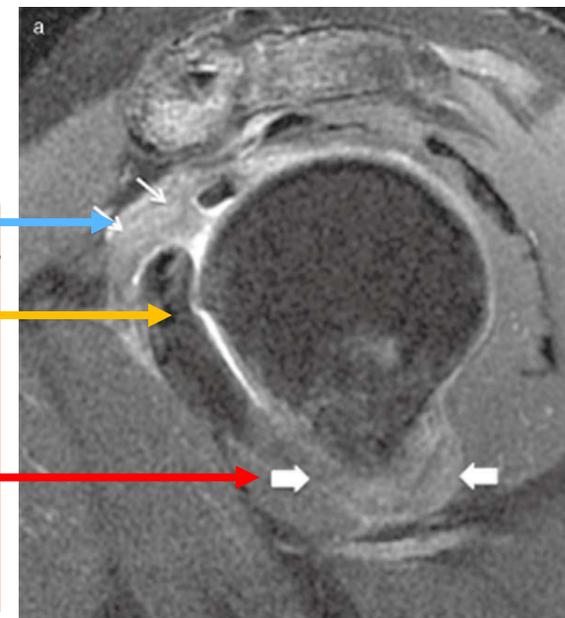
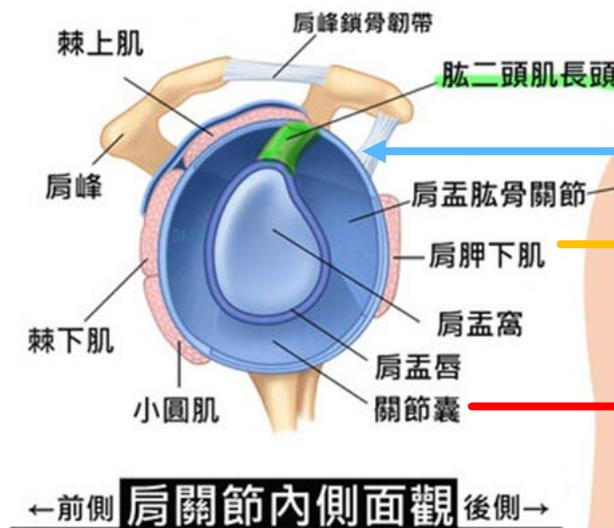
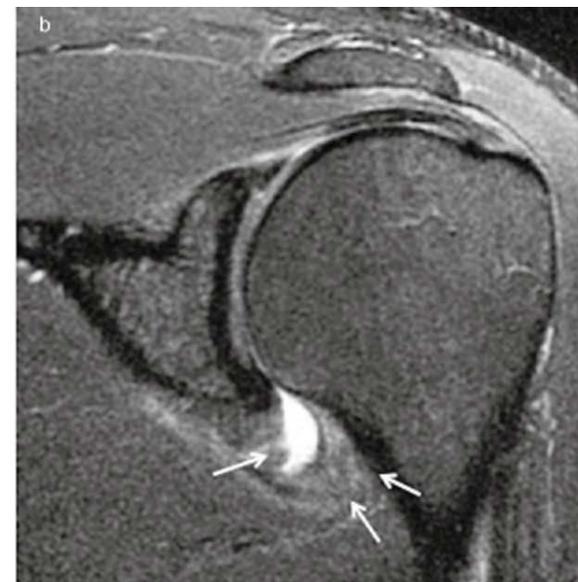
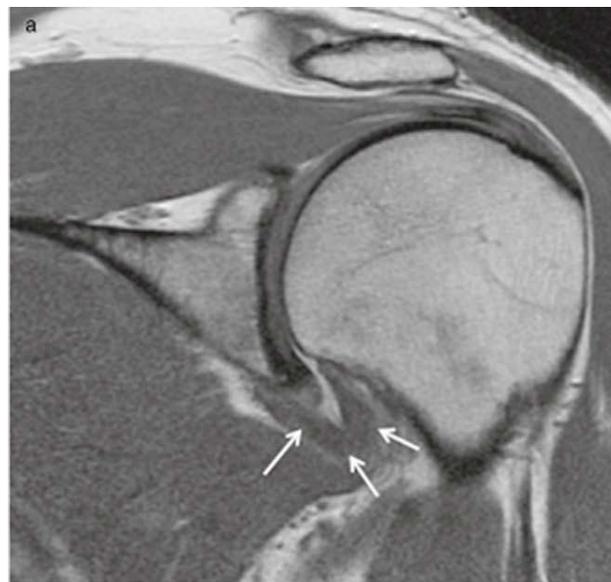
X 光檢查



鈣化性肌腱炎

診斷

- 磁力共振
 - 排除其他問題
 - 關節囊變厚、水腫
 - **腋窩囊**、**肩袖間隙**組織變厚



治療

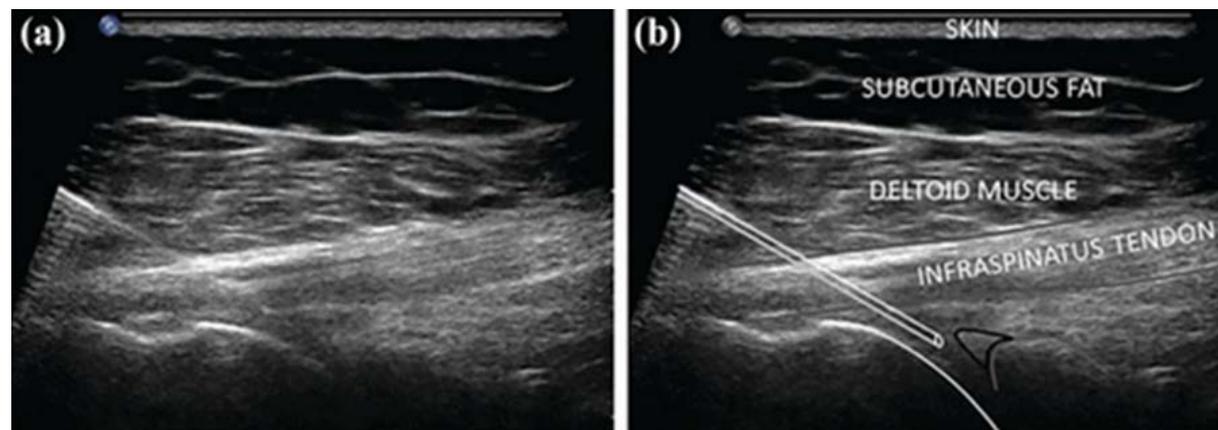
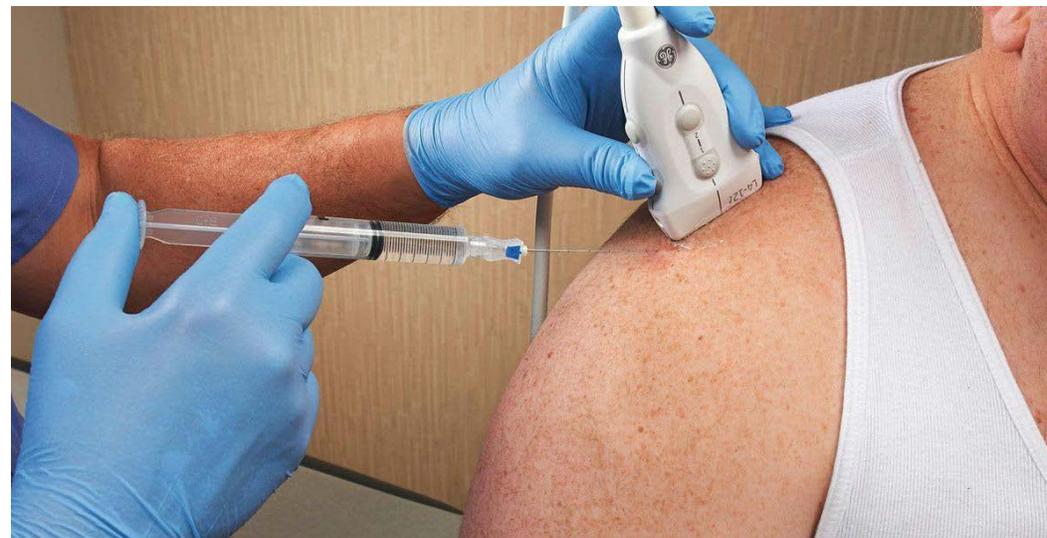
- 控制痛楚及盡量恢復肩膊的活動幅度、力量
- 保守治療 (>90%)
- 關節注射
- 手術治療

保守治療

- 第一線治療
- 非類固醇消炎止痛藥 (NSAID)
- 物理治療
- 20-50%的病人可能有持續的症狀
- 如經過三至六個月保守治療的效果不理想，可考慮注射或手術

關節注射

- 關節內注射類固醇或透明質酸 (Manske 2008, Le 2017)
 - 減少關節發炎
 - 較適合疼痛期病人
 - 跟保守治療或安慰劑比較
 - 頭六星期效果較好
 - 六至十二個月的效果沒有明顯分別
 - 超聲波導引注射可更準確及改善效果 (Daniels 2018)
- 多次注射類固醇的副作用
 - 影響皮膚、筋腱和軟骨



Sinha et al. 2017

肩關節囊擴張術

- 理論上較適合冰凍期的病人
- 關節內注射20-40ml 類固醇 + 局部麻醉藥 + 生理鹽水
- 目標令疤痕組織鬆解
- 配合物理治療
- 統合分析 (meta-analysis) 跟保守治療及類固醇注射效果相若 (Wu 2017)



麻醉下關節舒整

- 冰凍期的病人，保守治療及類固醇注射的效果不理想
- 局部或全身麻醉，令病人失去痛楚感覺，肌肉放鬆
- 逐步徒手矯正令肩關節恢復原有的活動幅度
- 術後配合物理治療
- 80-90% 病人滿意治療效果 (Kraal 2019)
- 風險
 - 骨折
 - 僵硬復發



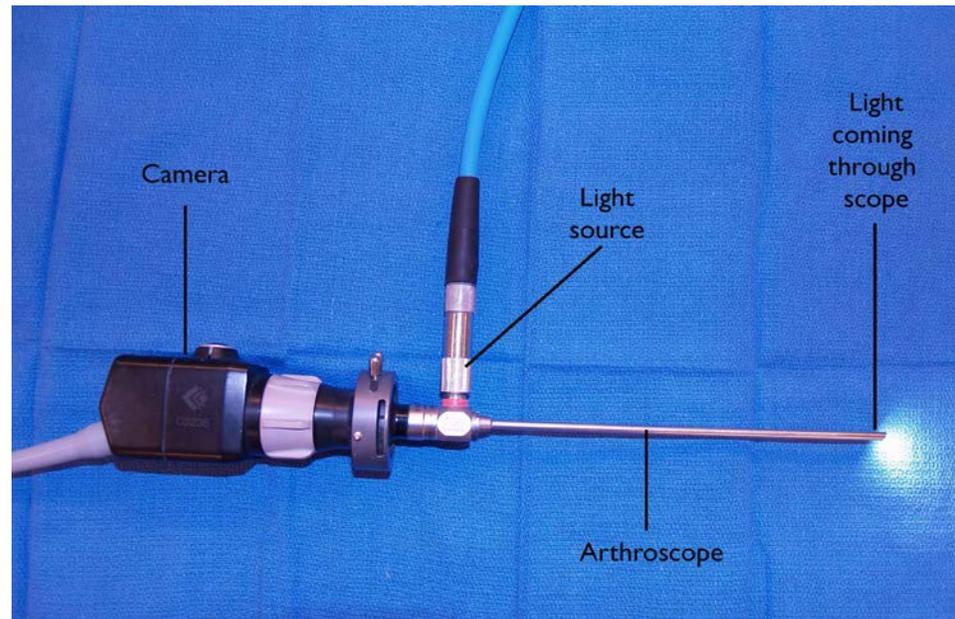
Tsvieli et al. "Manipulation under anaesthetic for frozen shoulder using Codman's paradox: a safe and early return of function." *International Orthopaedics* 42 (2017): 339-344.

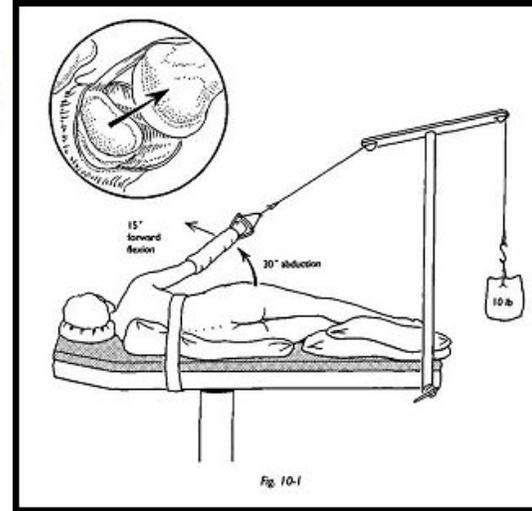
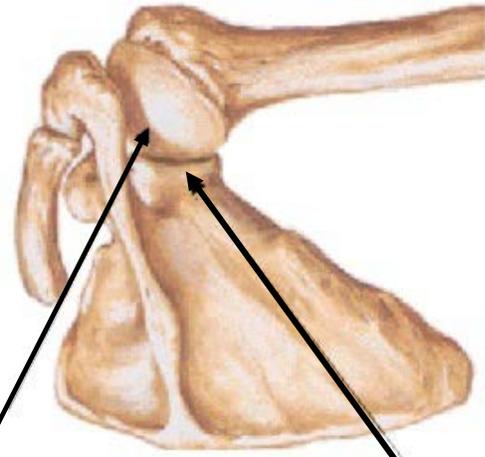
關節囊釋放手術

- 保守治療、類固醇注射或關節舒整效果不理想
- 全身麻醉
- 在關節鏡頭下用電刀把關節囊、疤痕組織鬆解
- 鬆解後進行關節舒整
- 日間手術
- 術後配合物理治療
- 風險
 - 疤痕
 - 感染
 - 神經線受傷

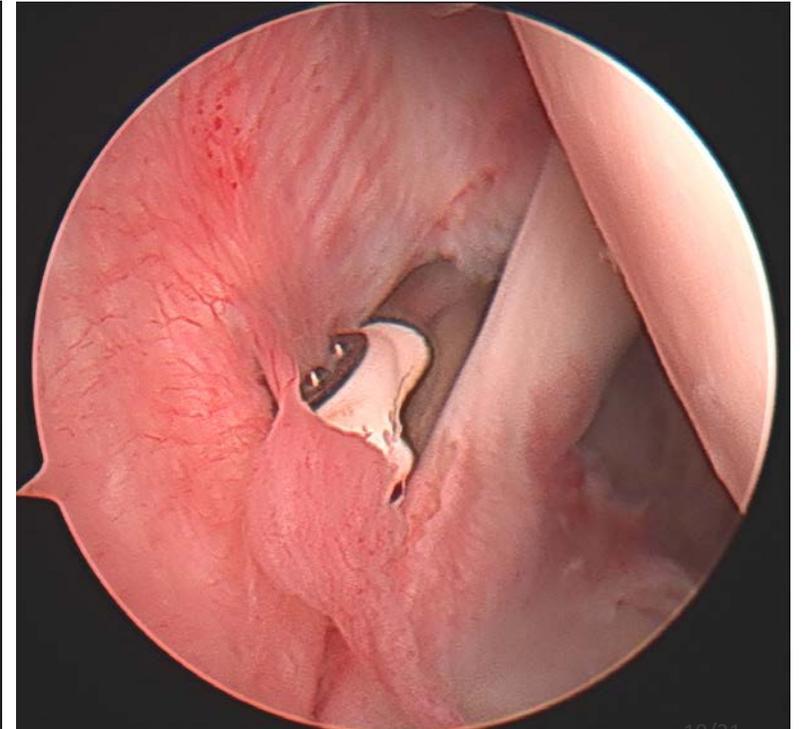
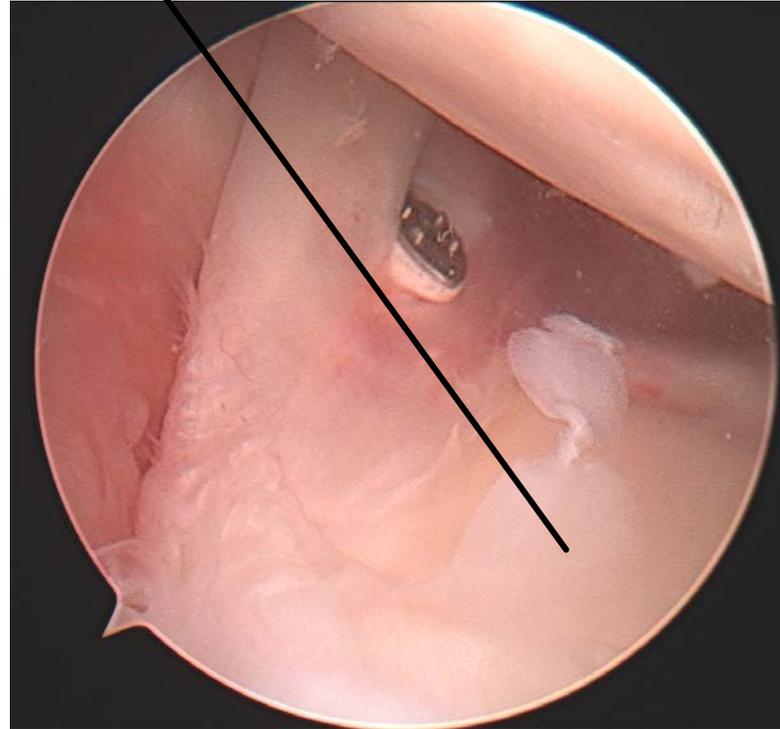
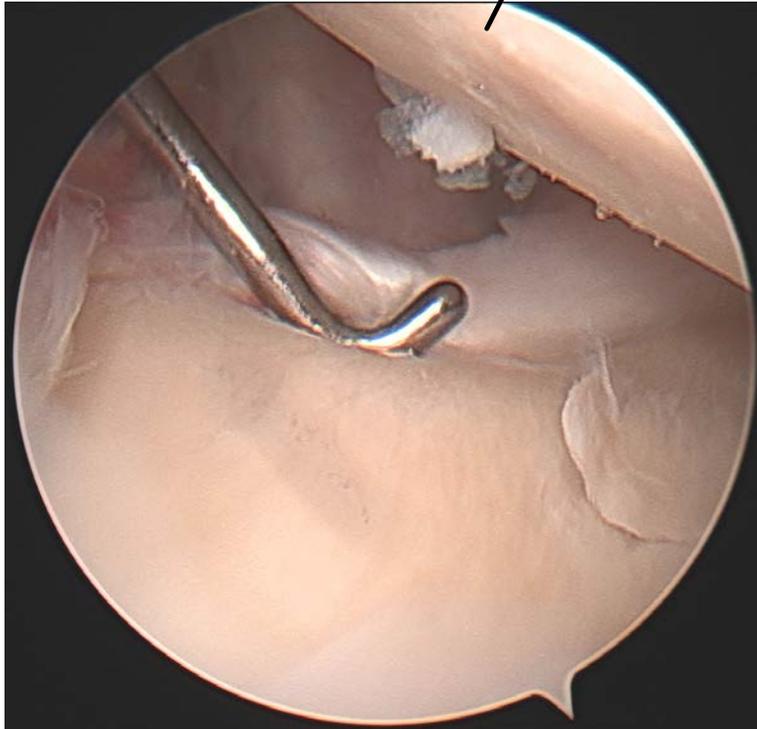


OrthoInfo – American Academy of Orthopaedic Surgeons





關節鏡顯示內部的發炎、
疤痕組織



總結

- 介紹肩周炎的病因、病程發展、不同的治療方案
- 認識關節注射和手術治療
- 適當的治療可將病情縮短



參考資料

1. 衛生署長者健康服務網站 <https://www.elderly.gov.hk/cindex.html>
2. Zreik, N. H., Malik, R. A., & Charalambous, C. P. (2016). Adhesive capsulitis of the shoulder and diabetes: a meta-analysis of prevalence. *Muscles, ligaments and tendons journal*, 6(1), 26–34. <https://doi.org/10.11138/mltj/2016.6.1.026>
3. Harris G, Bou-Haidar P, Harris C. Adhesive capsulitis: review of imaging and treatment. *J Med Imaging Radiat Oncol*. 2013 Dec;57(6):633-43.
4. Le, H. V., Lee, S. J., Nazarian, A., & Rodriguez, E. K. (2017). Adhesive capsulitis of the shoulder: review of pathophysiology and current clinical treatments. *Shoulder & elbow*, 9(2), 75–84. <https://doi.org/10.1177/1758573216676786>
5. Manske, R. C., & Prohaska, D. (2008). Diagnosis and management of adhesive capsulitis. *Current reviews in musculoskeletal medicine*, 1(3-4), 180–189. <https://doi.org/10.1007/s12178-008-9031-6>
6. Wang, W., Shi, M., Zhou, C., Shi, Z., Cai, X., Lin, T., & Yan, S. (2017). Effectiveness of corticosteroid injections in adhesive capsulitis of shoulder: A meta-analysis. *Medicine*, 96(28), e7529. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000007529>
7. Daniels, E. W., Cole, D., Jacobs, B., & Phillips, S. F. (2018). Existing Evidence on Ultrasound-Guided Injections in Sports Medicine. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1177/2325967118756576>
8. Sinha, R, Patel, P, Rose, N, et al. Analysis of hydrodilatation as part of a combined service for stiff shoulder. *Shoulder Elbow* 2017; 9: 169–177.
9. Wu, W. T., Chang, K. V., Han, D. S., Chang, C. H., Yang, F. S., & Lin, C. P. (2017). Effectiveness of Glenohumeral Joint Dilatation for Treatment of Frozen Shoulder: A Systematic Review and Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *Scientific reports*, 7(1), 10507. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-10895-w>
10. Kraal, T., Beimers, L., The, B., Sierevelt, I., van den Bekerom, M., & Eygendaal, D. (2019). Manipulation under anaesthesia for frozen shoulders: outdated technique or well-established quick fix?. *EFORT open reviews*, 4(3), 98–109. <https://doi.org/10.1302/2058-5241.4.180044>



免責聲明及版權公告

此課件提供的資料和健康資訊
僅作為一般教育用途及參考之用。

我們力求資料準確，但無法保證
對於該等資料在任何特定情況下
使用時的準確性或恰當性。
如果你有任何疑問或不適，
應諮詢相關專業人士意見。

版權所有，所下載的材料僅限於作
個人用途或非商業性質的內部用途。

課件發布日期：
2021年12月18日