



## 肩袖修复

### 解剖学

肩关节是由球（肱骨头）和白（关节盂）组成的，肩周肌肉可以提升手臂，外部的大肌肉是三角肌，深部的是肩袖肌腱(插入肱骨头外侧大粗隆的联合肌腱)，四个肌肉的肌腱组成了肩袖肌腱，其中岗上肌和岗下肌是最常见的撕裂的肌腱。

### 肩袖撕裂

这个疾病是相当普遍的，大多数是由于退化（磨损），在另外一些情况下，可能是由于肩峰受到撞击或外伤导致（摔倒等），肌腱从骨附着处撕裂。

#### A 型肩袖撕裂

肩关节的疼痛和上臂下外侧的疼痛往往在夜间加剧，抬臂时可能增加疼痛和无力。

### 外科手术修复肩袖

在一些年长的患者中，肩袖撕裂可能无症状（无疼痛） - 这些患者通常不用手术。撕裂随时间可能增大，伴有肌肉萎缩，最终导致无法修复的撕裂。

### 手术

通常我们用关节镜（钥匙孔手术），需要在肩关节周围切 4 个微孔（3mm）让器械可以通过。需要将骨面搞粗糙，以利于肌腱附着。骨锚（有缝合线连接的装置）被钻入骨内，肌腱使用缝线缝至骨面。肌腱附着于骨组织需要 6 周时间，增加强度需要更长时间，可达 6 个月。

### 术后

通常第二天可以回家，甚至当天回家都可以。需要戴吊带 6 周来保护修复的韧带，在此期间，手臂不能主动活动，物理治疗师会指导您如何做被动锻炼---使用另一只手臂抬起患肢，肩部活动时不需要用到刚刚修复的肌肉。



## **术后疼痛**

术后可能会有几天疼痛，第一、二天将使用神经阻滞，然后使用止痛剂。对于大多数人来说，在关节镜修复后，会出现中等疼痛。

## **预后（成功率）**

- 90%的患者在几个月后疼痛消失并恢复正常功能。