

肱二头肌腱固定术

肱二头肌长头腱——锚定于孟顶，是常见的疼痛来源，可通过肱二头肌腱固定术进行处理。

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

为何建议进行此手术

您的外科医生建议您进行肱二头肌腱固定术，该手术将受损的肱二头肌腱重新附着于上臂骨。通常在非手术治疗未能缓解您的肩痛后，才会向您提供此手术。该手术通常适用于25岁以下的患者，或需要重返运动或从事重体力劳动且有特定肌腱撕裂的患者。

此手术的主要目标是在术后两年实现显著的临床改善和高成功率。大多数患者在5至8个月内获得有意义的缓解，预计13个月时达到最终效果。该方法旨在恢复功能与稳定性，同时避免其他方式有时出现的形态改变。

手术前

您需要进行普通X线检查，可能还需要进行MRI或超声检查，以在手术前评估您的肩部和肱二头肌肌腱。这些检查有助于您的外科医生明确具体问题并制定最佳治疗方案。请安排人员驾车送您回家，因为术后您不能驾驶。就诊时请穿着舒适、宽松的衣物，并携带您目前所有用药的清单。您需要在手术前禁食（停止进食和饮水）特定时间；您的外科医生会明确告知您何时开始禁食。您可能还需要进行血液检查或接受麻醉医师的评估，以确保您适合接受手术。您的外科医生将采用关节镜入路进行此手术，该方法需要在关节内使用两到三个小切口和一台微型摄像头。

手术当天

您抵达医院后，将在手术前与麻醉医生会面。本手术采用全身麻醉联合区域神经阻滞。手术过程中您将完全入睡，而神经阻滞（在苏醒前注射以麻醉支配手臂的神经）可为术后最初12至24小时提供镇痛效果。麻醉医生将在术前与您会面，并详细解释这两个部分。

随后，您的外科医生会将您带入手术室。他们将采用关节镜技术进行手术，通过两个或三个小切口，并将小型摄像头置入关节内。术后，您将在恢复室苏醒。在麻醉效果消退期间，您将接受密切监测。

手术内容

您的外科医生将通过几个小切口（通常为两个或三个，每个约1厘米）进行手术。将微型摄像头置入肩关节内以引导操作。这种方法使您的外科医生能够在不在肩部前方做大切口的情况下观察受损的肌腱。

外科医生将从关节内移除肱二头肌长头肌腱的受损部分。然后将剩余的肌腱重新固定到上臂骨上。这是通过使用小型锚钉或螺钉将肌腱固定在原位来完成的。如果肌腱从沟槽中滑脱，您的外科医生还将修复固定该肌腱的组织。

肌腱固定后，小切口将用缝线缝合。术后您将佩戴悬带两周。随后，您的外科医生将指导您何时开始活动手臂并进行锻炼。

术后

您将在复苏室苏醒，肩部佩戴悬吊带。您的外科医生将使用小切口（微创）和关节内摄像头进行操作。小切口处会覆盖敷料。需佩戴肩部固定器2周，随后继续佩戴悬吊带2周。您可以轻柔地活动手臂，但必须避免提举或推压。大多数患者术后需住院一晚，但部分患者可当天回家。术后24小时内必须有人陪同照顾您。疼痛将根据需要用药管理。

恢复

在术后的前几天，您会感到肩部酸痛和肿胀。这是正常的，因为您的身体正在从小型钥匙孔切口愈合。您的外科医生可能会建议使用冰袋和止痛药来帮助缓解这种不适。大多数人发现，随着初期肿胀消退，疼痛会显著减轻。

您将在睡觉和休息时短时间佩戴吊带，以保护修复部位。您的物理治疗师将指导您进行轻柔的活动，以保持肩部活动度，同时避免肌腱过度牵拉。您可以进行一些轻度的日常活动，如进食或刷牙，但必须避免提重物或将手伸到背后。您的手臂和肩部强化练习只有在您的外科医生和物理治疗师认为安全时才会开始。

您的恢复过程是独一无二的。虽然许多人能够恢复全部功能，但根据您的身体反应，您的个人恢复时间表可能会有所不同。您的外科医生和物理治疗师将监测您的进展，并调整您的计划，以确保您的肩部获得最佳效果。

可能出现的问题

大多数患者恢复良好，但偶尔也会出现一些问题。您的外科医生和医疗团队会密切监测您的情况，以便尽早发现任何问题。

您可能会感到上臂或肩部出现剧烈、搏动性疼痛，且普通止痛药无法缓解。这可能意味着肌腱未正确愈合或再次撕裂。如果出现这种情况，请立即致电诊所讨论下一步措施。

部分患者会感到肩部紧绷、僵硬，导致抬臂困难。这种僵硬感可能如同关节内有一块沉重的阻塞物。如果您的活动度未按预期改善，请在下次复诊时提出，以便您的外科医生提供帮助。

在极少数情况下，您可能会经历肱二头肌肌肉痉挛或手臂突然发出“啪”的一声。这些感觉可能令人不适，并可能提示修复部位存在问题。如果您出现这些特定症状，请立即联系您的外科医生。

如需了解具体数据，请参阅本页的并发症表格，其中列出了典型的发生率。

何时联系我们

如果您出现发热、小摄像头切口处红肿加重或渗出，请立即联系我们。若突发剧烈疼痛、小腿肿胀或呼吸困难，请立即联系您的外科医生。若出现感觉丧失或手臂无法活动，请立即前往急诊。虽然并发症罕见，但这些症状需紧急评估以保护您的康复。