

肩袖修复

肩袖撕裂——最常见的肩袖撕裂模式。修复手术使用小型锚钉将撕裂的肌腱重新固定回上臂骨。

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。

建议进行此手术的原因

此手术通过小型摄像头和微创切口修复撕裂的肩袖肌腱。您的外科医生可能建议进行此手术，因为物理治疗等非手术治疗未能充分缓解您的疼痛或无力症状。虽然许多人仅通过物理治疗即可控制病情，但当撕裂较大、肌腱未能愈合，或症状严重且限制日常生活时，通常建议进行手术。

主要目标是恢复肩部功能并减轻疼痛。证据表明，大多数患者在 12 个月内手臂使用功能得到显著改善。即使对于老年患者或撕裂较大的患者，与不进行手术相比，此修复手术也能提供更持久的缓解和更好的活动能力。

手术前

您的外科医生可能会开具X光片、MRI（磁共振成像）、血液检查和麻醉评估，以检查您的肩部和整体健康状况。请在就诊时携带所有当前用药的清单，并穿着舒适的衣物。您必须在手术前禁食，并遵照外科医生的指示停用某些药物。请安排专人驾车送您回家，因为您无法自行驾驶。您的外科医生将采用关节镜（钥匙孔）技术进行修复，通过两个或三个小切口以及关节内的小型摄像头进行操作。这种方法使外科医生能够通过微小的切口观察并处理撕裂部位。

手术当天

您到达医院后，将在手术前会见麻醉师。他们将解释您的疼痛管理方案，并回答您的任何问题。本手术将在全身麻醉联合区域神经阻滞下进行。您在手术期间将完全入睡，而神经阻滞（在您苏醒前注射以麻木供应手臂的神经）可在术后最初12至24小时内提供镇痛效果。麻醉师将在手术前与您见面，并向您详细说明这两个部分。

随后，您的外科医生将通过关节镜方法进行修复。这意味着他们将在您的关节内使用两到三个小切口和一个微型摄像头来观察并修复撕裂。手术结束后，您将在恢复室苏醒。在您准备回家或返回病房之前，您将接受密切监测。

手术过程

您的外科医生将采用关节镜（微创）方式实施该手术。这意味着他们将在您的肩部上方做两到三个小切口，每个切口长约1厘米。通过这些微小的开口，他们会插入一个小摄像头和专用器械，以便观察关节内部。这种方法允许他们从多个角度查看撕裂情况，而无需进行大切口。

首先，您的外科医生会清除任何限制活动的瘢痕组织或炎性液体。然后，他们会轻柔地松解紧绷的组织，将撕裂的肌腱恢复到其正常位置。如果撕裂范围较大，他们可能需要切除肩部前方的一小块骨头，以创造更多空间。随后，外科医生将使用小型锚钉和强效缝线将撕裂的肌腱重新固定到骨头上。他们将这些锚钉放置在骨表面的沟槽中，以确保牢固的固定。

肌腱固定后，您的外科医生会用可吸收缝线或医用胶封闭小切口，并覆盖敷料。该手术旨在恢复肩部的自然形态，同时最大限度地减少对周围肌肉的损伤。

术后

您将在恢复室苏醒。您的外科医生采用关节镜微创手术，通过两到三个小切口并在关节内放置一个小摄像头进行操作。您将佩戴敷料和吊带以支撑手臂。疼痛将通过常规方法进行管理。大多数患者在该手术后需住院一晚，但部分患者可在当天回家。您必须在术后24小时内由他人陪同。您可以按照建议开始进行轻柔的活动。在愈合期间，您的手臂将受到保护。

恢复

在最初几天，您的肩部可能会出现酸痛和肿胀。这是正常现象。您的外科医生可能会建议使用止痛药，以帮助您舒适地休息。大多数人发现，随着开始进行轻柔的活动，疼痛和肿胀会逐渐缓解。

在肩部愈合期间，您需要佩戴悬带以保护肩部。您的物理治疗师将指导您进行特定的练习，以确保手臂安全活动。您可以在家中进行日常轻度活动，但避免提举重物。起初睡眠可能会有困难；用枕头垫高上半身通常会有所帮助。

随着力量逐渐恢复，您将逐步增加活动量。在您的外科医生允许后，您可以恢复驾驶。许多患者在肩部感觉更强壮后，会重返工作和运动。每个人的恢复过程都是独特的，因此请遵循您的外科医生和物理治疗师为您制定的具体计划。

可能发生的问题

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

有时，肌腱未能重新愈合到骨头上。您可能在术后数月仍感到肩部无力或疼痛。即使手术初期看起来成功，这种情况仍可能发生。此风险在术后 6 周至 3 个月期间最高。如果您的疼痛没有改善或再次出现，请在下次复诊时告知您的外科医生。

感染是一种可能的风险，尽管罕见。您可能会看到红肿从小切口处向外扩散，或感到剧烈的搏动性疼痛，且普通止痛药无法缓解。您可能还会注意到肿胀或发热。如果出现这些迹象，请立即致电诊所。

腿部血栓是常规手术中可能的风险。您可能会感到小腿突然肿胀和压痛。如果发生这种情况，请立即前往急诊科。

即使修复成功，您的肩部感觉可能仍不如预期。部分患者发现术后一年功能改善不明显。如果您感觉肩部没有好转，请在下次就诊时提出。

吸烟会影响愈合。如果您在手术前 6 个月以上已戒烟，您的风险与从未吸烟者相似。如果您仍在吸烟，请与您的外科医生讨论这如何影响您的恢复。

如需具体数据，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、切口周围红肿加重或从小切口处有分泌物，请立即联系我们。如果您感到突发剧烈疼痛、小腿肿胀或呼吸困难，请立即前往急诊。如果您手臂出现感觉丧失或无法活动肢体，请立即联系您的主刀医生。这些症状需要紧急评估，以保护您的康复进程。