

肩峰下减压术

肩峰下囊——位于肩峰下方、充满液体的缓冲垫，在肩峰撞击综合征中会发生炎症。

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肩峰下减压术，这是一种微创手术，旨在去除多余的骨骼和组织，以增加肩关节的空间。当患者存在机械性撞击，且经过至少6个月的非手术治疗后疼痛仍未缓解时，通常会推荐此手术。保守治疗通常是首选方案，而手术则保留给那些保守治疗无效的情况。

您的外科医生很可能基于您持续呈阳性的Hawkins试验以及影像学检查中明确的机械性撞击征象而推荐此手术。在符合适当指征的情况下，该手术旨在减轻疼痛并提高您的生活质量。对于经过严格筛选的患者而言，这是一个合理的选择，有助于您在摆脱肩峰下撞击带来的持续不适的同时，恢复日常活动。

手术前

您需要在手术前禁食，并遵医嘱停用某些药物。请安排专人驾车送您回家，并携带一份您目前正在服用的所有药物清单。您可能需要进行X光检查、MRI（磁共振成像）、血液检查或麻醉评估，以评估您的健康状况并规划手术方案。这些检查有助于您的外科医生确认诊断，并确保您已为手术做好准备。您的外科医生将通过关节镜（钥匙孔）技术进行手术，使用两到三个小切口，并将小型摄像头置入关节内。就诊时请穿着舒适的衣物。

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进行。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）可在术后最初 12 至 24 小时内提供镇痛效果。麻醉医生将在术前与您会面，并向您详细说明这两个部分。

您的外科医生将通过关节镜（微创）方式实施该手术，使用两到三个小切口，并将小型摄像头置入关节内。术后，您将在恢复室苏醒。您将在该处接受监测，直至生命体征稳定并准备回家或返回病房。

手术过程

您的外科医生将采用微创技术进行此手术。他们会在您的肩部周围做两到三个小切口，每个切口长约 1 厘米。通过这些开口，插入微型摄像头和特殊工具以观察关节内部。

在关节内部，您的外科医生将移除压迫您肩袖的小块骨头和组织。这可以缓解导致您疼痛的压力。手术过程谨慎进行，以确保您的肌腱有足够的空间自由移动，而不会被卡住。

工作完成后，小切口将使用可吸收缝线或医用胶进行闭合。在愈合期间，该区域会覆盖敷料以进行保护。这种方法避免了大的开放性切口，有助于您更舒适地恢复。

术后

您将在复苏室苏醒。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将摄像头置入关节内。您的肩部将使用敷料和吊带进行保护。疼痛将通过标准药物进行控制。大多数患者在此手术后需住院一晚，但部分患者可在当天出院。术后24小时内必须有人陪同照顾您。您可以在4周内恢复驾驶，6周内恢复工作。

恢复

在术后的头几天，您的肩部可能会出现酸痛和肿胀。这是关节镜手术后的正常现象。您的外科医生可能会建议使用镇痛泵或神经阻滞来帮助控制不适，但这些措施不会改变您的长期恢复情况。大多数人发现，随着肿胀消退，疼痛会逐渐缓解。

在肩部愈合期间，您需要佩戴吊带以保护肩部。您的物理治疗师将指导您进行温和的锻炼，以恢复活动度和力量。您可以在家中进行轻度的日常活动，但在您的外科医生允许之前，请避免提重物或举手过头。起初睡眠可能会比较困难；用枕头垫高上半身通常会有所帮助。

您的恢复进度取决于您的身体状况以及您对康复计划的执行情况。有些日子感觉会好一些，而有些日子则可能较差。一旦您的外科医生允许您驾驶，并且您在抓握时不再感到疼痛，您很可能就可以重返工作岗位。您的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在每一步为您提供指导。

可能出现的问题

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。

如果您在进行此手术的同时还进行了钙化灶清除术，您可能会发现，与单纯的清理术相比，恢复到无痛状态下的完全活动所需的时间更长。您可能会注意到，肩膀感到僵硬或酸痛的时间比预期的要长。

有时，将此手术与肩袖修复术结合进行，可能会导致远期效果较差。即使在术后数月，您可能会感觉肩膀未能恢复您所期望的力量或活动范围。

如果您过去曾接受过此手术，未来若需进行反式全肩关节置换术，则面临更高的肩骨应力性骨折风险。您可能会在日常活动中经历肩部突然出现的剧烈疼痛。

在极少数情况下，颈部附近静脉内可能形成血栓，并随血流迁移至肺部。您可能会注意到突然出现的呼吸困难或胸痛。这是一种需要立即处理的医疗紧急情况。

本页面下方的并发症表格列出了典型的发生率，如需具体数据请参阅。

何时联系我们

如果您出现发热、小钥匙孔切口处红肿加重或渗出，请立即联系我们。若感到突发剧烈疼痛、小腿肿胀或呼吸急促，请前往急诊。如果您出现感觉丧失或手臂无法活动，请立即联系我们。这些症状需要紧急评估，以确保您在肩关节手术后安全。