

## 復健醫學部

**學經歷**

- 高雄醫學大學學士後醫學士
- 高雄榮總復健醫學部主治醫師
- 高雄榮總血友病中心團隊醫師
- 教育部定助理教授
- 樹人醫專兼任助理教授
- 復健專科醫師
- 骨質疏鬆專科醫師

**專長**

- 血友病復健 | 骨質疏鬆症 | 肌肉骨骼關節超音波檢查
- 玻尿酸及 PRP 注射治療 | 肉毒桿菌注射 | 兒童復健



主治醫師 **劉亦修**

# 血友病 - 多4倍骨鬆骨折機會!!

### “關節卡卡”不好動！

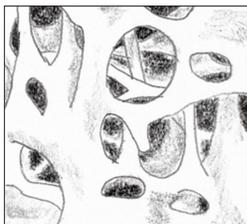
血友病病人因為血中凝血因子缺乏，容易導致關節出血，若沒有妥善治療，小孩時期易出血在踝關節，成年後膝關節和肘關節出血的情況會增加。多次關節出血後會產生血友病關節病變：造成滑膜增厚及軟骨破壞！關節鄰近的肌肉、肌腱等軟組織易攣縮。臨床表現會有：關節疼痛、關節活動度減少、肌力減少，造成手部動作失能及下肢步態異常。

### 血友骨質疏鬆 非常普遍！

血友病病人有22~84%骨質密度低下，明確病因未明。血友病人容易有骨質疏鬆的危險因子為：1.已有血友病關節病變2.日常生活活動量低者 3.有愛滋病或C型肝炎者。血友病關節病變愈嚴重者，罹患骨質疏鬆症機會愈大。

### 無感骨鬆 容易骨折

「骨質疏鬆」會造成骨頭的質量變低，細微的結構會變差。如附圖所示，骨質疏鬆的骨頭在顯微鏡下呈現骨頭減少及許多空洞，如同房屋建築在脆弱的鋼樑上，因此一跌倒就容易有脆裂性骨折。



正常骨質



骨質疏鬆

(繪圖:劉亦修醫師)

### 血友病 比一般人多4倍骨折機會!!

根據高雄榮總發表於血友病期刊的醫

學研究顯示：血友病相對一般人高4.37倍的機會發生骨質疏鬆骨折。所以，更要提高警覺，諮詢醫師檢查骨質密度。

### 預防骨鬆 一起來！骨密檢查+藥物+復健運動！

本院有骨質密度檢查儀，可以精準測量骨質疏鬆，可以搭配X光確定是否已有脊椎壓迫性骨折，佐以生化血液檢查看骨鬆相關因子。若確定骨鬆，需要啟動骨鬆藥物治療，藥物必須搭配維他命D及鈣，若只單吃維他命D及鈣是無法治療骨質疏鬆的。藥物的使用並不會有明顯主觀感受，必須有耐心配合醫師的治療。有使用藥物，可以增加骨質密度並降低未來骨折風險，相當值得！除了藥物的介入，復健運動也可以增加骨質密度。建議的運動為：阻力型運動、慢跑、跳繩、走路。

建議一星期3次，每次30分鐘。根據研究：背部伸肌的鍛鍊，可以避免駝背及壓迫性骨折發生；動作維持五至十秒



以上動作為一般性建議，宜先諮詢復健專科醫師或物理治療師。  
反覆做五至十次，一天二到四回。

### 血友病整合醫療

血友病病人需多位專科團隊合作，由血液腫瘤科醫師確立診斷，復健科、骨科、牙科、胃腸肝膽科、風濕免疫及身心科等科別共同診治，由個案師統整，提供病人整合性醫療服務，團隊的力量方能造病人之福。