

## 復健醫學部

● **學經歷** ● 國立陽明大學醫學系  
高雄榮總復健部醫師兼科主任  
國立陽明大學醫學系部定副教授  
復健專科醫師  
老年專科醫師

● **專長** ● 復健醫學 | 骨關節及神經肌肉疾病之診治及復健  
臨床肌電診斷學 | 吞嚥障礙評估及治療



科主任 孫淑芬

## 退化性膝關節炎常用的注射治療

退化性膝關節炎主因為軟骨的傷害磨損，引發發炎反應，導致關節病變、關節間隙變窄、韌帶或肌腱受損，久而久之可能形成骨刺、關節變形。退化性膝關節炎造成疼痛、僵硬、無法久站或蹲跪、上下樓梯困難，甚至股四頭肌萎縮、跛行，不僅影響日常活動及生活品質，也增加跌倒與骨折的風險。

傳統治療法包括口服藥物、復健或關節注射，嚴重者需考慮手術治療。常用的關節內注射療法，簡述如下：

**1.類固醇注射：**於膝關節炎急性嚴重發作時，關節內注射類固醇可快速達到止痛、消炎的作用。英國醫學雜誌提到膝關節注射類固醇的止痛效果在退化嚴重的病人更顯著。類固醇價格便宜，能快速發揮療效，但效果僅可維持數星期至兩三個月不等，不宜長期使用，每年注射不應超過四次。

**2.玻尿酸注射：**關節內注射玻尿酸可補充患者關節中流失的玻尿酸，提供潤滑、吸震、保護軟骨的功能，玻尿酸可經由多種機轉抑制分解酵素、發炎與疼痛物質。健保規定患者需在同一醫療院所追蹤六個月以上，症狀及X光達到一定嚴重程度，經保守治療無效才可施打玻尿酸。注射頻率為每週一次，連續三或五週為一個療程，效果可維

持半年。而新型一年一針及半年一針的長效型玻尿酸也在近年納入健保給付。注射玻尿酸的效果在輕中度退化性膝關節炎的療效較佳，對於嚴重的軟骨磨損或關節變形，則效果有限。

**3.高濃度血小板血漿(PRP)注射：**為自費療程，方法是先抽取患者血液，經過離心、純化的程序製成PRP，再注射到膝關節。血小板附有大量的生長因子和抗發炎因子等，可刺激組織的修復及再生。研究顯示PRP注射可緩解膝關節疼痛並有助提升功能，然而PRP屬較新的治療，治療的次數及頻率目前尚未有定論。一般而言年紀過大、有血液及免疫疾病、惡性腫瘤、營養不良、肝腎功能不佳者不適合此項治療。

PRP及玻尿酸是否可以雙管齊下治療退化性膝關節炎呢？我們的研究顯示同時注射PRP及玻尿酸，利用PRP來修復組織，利用玻尿酸來潤滑關節、保護軟骨，在退化性膝關節炎患者注射後六個月的止痛效果確實比單純只用PRP的效果更好，這項報告已在2021年刊登在國際醫學期刊。

退化性膝關節炎的治療方式取決於病人關節炎的嚴重程度，年齡、身體健康情況及對生活品質的期許等，建議應與專業醫師詳細討論，才能得到較好的治療效果。