

骨科部 - 張宗訓醫師



現職：

臺大醫院骨科部主治醫師

專長：

肩旋轉肌修補及關節不穩定手術 肩、膝關節鏡
及關節置換手術 運動醫學

學歷：

長庚大學醫學院後醫學系學士

長庚大學臨床醫學研究所博士候選人

經歷：

長庚醫院、台北醫學大學、市立萬芳醫院骨科部
主治醫師 美國波士頓哈佛大學分子影像實驗室
及麻省總醫院骨科部肩關節中心研究員

美國紐約康乃爾大學 Hospital for Special Surgery
交換醫師

張醫師小叮嚀：

肩膀是人體中活動度最大的關節，也是最容易受傷或退化的關節之一。門診中常有病人說肩膀痛，常見的問題有肩旋轉肌腱發炎或破裂、鈣化性肌腱炎、黏連性肩關節炎(俗稱五十肩)等等，這些都是以肩膀疼痛來表現，經一般的身體理學檢查後，必要時會加以 X 光攝影、超音波檢查

甚或核磁共振檢查來找出病因。治療方面要注意：

1. 要休息。
2. 減少患側重複使用或提重物。
3. 必要時加上消炎止痛藥物來減緩疼痛。
4. 加以復健治療。接受復健治療要有耐心，通常會建議復健 3 個月。

如果症狀沒改善，就需考慮施以手術治療。目前肩膀的手術大部分可以使用關節鏡的方式施行，其好處為傷口小、破壞少、也較不痛，可以比較早開始做復健治療。