

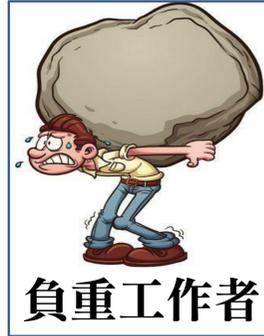


什麼是退化性關節炎？

- 常見於膝關節退化
- 膝關節軟骨磨損使關節疼痛、腫脹、僵硬、變形，影響生活活動



危險因素

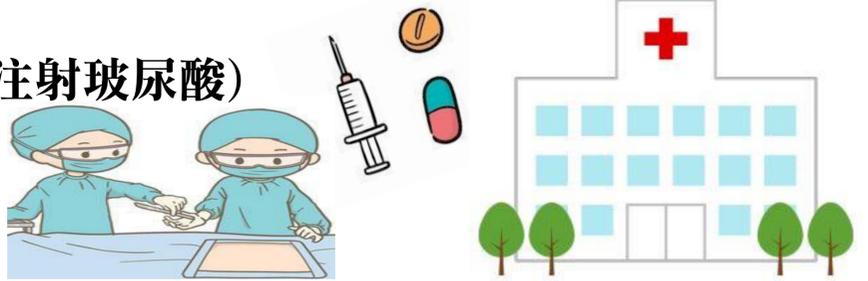


疾病症狀



治療處置

- 藥物治療(口服藥物或注射玻尿酸)
- 物理治療
- 手術治療(膝關節置換)



居家日常生活照顧注意事項



使用輔具



疼痛控制
(熱敷、使用止痛藥)



控制體重



適度運動



攝取富含Omega-3、
膠質、軟骨素的食物



禁止背
負重物