

腹股沟痛十多年才发现 髋关节发育不良作祟

报道 | 陈映葵

yingzhen@sph.com.sg

摄影 | 龙国雄

有些疼痛持续久了，容易习以为常，误了治疗。张乐婷（28岁，制作协调员）的腹股沟痛了十多年，她在2022年才获知起因是双侧髋关节发育不良（bilateral hip dysplasia）。所幸及时发现并治疗，否则疼痛可能迅速加剧，或许年纪轻轻就得做髋关节置换手术。

在张乐婷的记忆中，疼痛一直伴随左右。中学时期的课外活动是舞蹈，当时活动量较大时疼痛就会加剧，但她一直不以为意，从未想过那原来可能是严重的问题。

她说：“从小到大都有这种状况，或许也是自己比较能够‘忍痛’，所以根本没意识到所经历的疼痛并不正常。”

现在回想起来，她三年前因肠道发炎挂急诊，可说是因祸得“福”。入院后照了磁共振成像（MRI）发现有异状所以看了骨科，后来又转介去国立大学医院看了客座副教授林建成（Andrew Lim）医生，才能对症下药。

髋位出生者风险较高

林建成副教授是国大医院骨科外科部门小儿骨科外科主任兼高级顾问医生。他说髋关节发育不良的全球发病率为约每1000人中1例；相较于白人，在亚洲族群中较常见。

病情严重的话，出生后做新生儿检查时就会被诊断出来。因髋臼和股骨头未能正确对齐，所

28岁张乐婷忍受腹股沟疼痛十余年，却久未察觉病因，三年前才发现患上髋关节发育不良，两年前接受伯尔尼髋臼周围截骨术，终于摆脱日复一日的痛。髋关节发育不良若置之不理，髋关节恐更快磨损、持续退化，甚至可能发展为骨关节炎。



张乐婷（右）2022年被诊断患上双侧髋关节发育不良，林建成副教授（左）建议她做伯尔尼髋臼周围截骨术。

以前者无法完全包裹后者，髋关节部分或完全脱位，以致引发疼痛和早期磨损。除了家族病史这个风险因素，长女以及臀位分娩者（出生时臀部朝外）的患病风险比一般人高。

较轻微的髋关节发育不良则可能要等到患者年龄较大，开始出现髋部或腹股沟疼痛时才被发现。林副教授诊治过的患者中，年龄最大的是40多岁。目前，国大医院每年诊治的病例约20起，10年前是每年几起。

他说，患者一般是在跑步、跳跃、长时间步行或从事其他体能活动时感觉疼痛，疼痛部位往

往集中在髋部前方或侧边，通常休息后会缓解。他提醒：如果疼痛持续数周甚至数月，应尽快求医。对髋关节发育不良置之不理，髋关节会更快磨损、持续退化，患者也可能患上骨关节炎。

医生建议年轻患者做PAO

治疗髋关节发育不良成人患者的有效方法之一，是伯尔尼髋臼周围截骨术（Bernese periacetabular osteotomy，简称PAO）。通过截骨和旋转髋臼，改善股骨头的覆盖，加强关节的稳定性，减少疼痛，延缓骨关节炎的进展。2014年至今，国大医

院为约40名患者做了PAO。

林建成副教授说，髋关节发育不良患者如果年纪尚轻，有活跃的生活方式，髋关节未有大幅度磨损，一般会建议做伯尔尼髋臼周围截骨术。不建议做髋关节置换手术，是因为假体（人工关节）一般只能用20年左右，耗损后就得再做一次手术。

伯尔尼髋臼周围截骨术后六周，一般就能

开始使用腋下拐杖，尝试部分负重（partial weight-bearing）步行，接着可尝试全负重步行；骨头的复原以及髋部肌肉的恢复则需要三到六个月。

术后康复期十分煎熬

如果患有双侧髋关节发育不良，一般会先治疗情况较严重的一侧，另一侧则在术后约一年才进行手术。张乐婷2023年10月做了第一场手术，先改善情况较严重的右髋。她说手术非做不可，否则迟早会因为髋部骨折而必须置换髋关节，但她当时还是自由从业员，术后得休息几个