髌前滑囊炎

Health Resource Directory | South Western Sydney

健康状况信息单
2023年4月发布

这是什么?

髌前滑囊炎是一种膝盖损伤,当膝盖骨前部的滑囊发炎时会发生。该病可能由以下原因引起:

- 摔倒时膝盖骨着地或其他轻伤
- 跪姿的压力或膝盖摩擦

这种损伤在长时间跪着工作的人中可能很常见,如矿工、园丁、铺地毯工和清洁工等。症状包括疼痛和红肿。随着时间的推移,髌前滑囊炎可能会出现感染。治疗通常包括休息、冰敷、抬高和压力(RICE = 休息、冰敷、压力、抬高)并停止需要跪下的活动。家庭医生将评估症状,并与你讨论治疗计划。

家庭医生现在会做什么?

家庭医生可能会检查膝盖,并与你谈论RICE。医生可能会给予缓解疼痛的药物并帮助你了解如何控制症状。医生可能会告诉你:

- 避免直接压迫膝盖
- 避免蹲下、跪下或弯腰超过 90 度
- 使用膝盖压缩套

如果家庭医生认为膝盖可能有感染,医生可能会建议进一步检查或抗生素。

如果有感染症状,并且感觉非常不适,即使在服用抗生素后,家庭医生还可能会建议你去本地医院的急诊科。

我可以问医生什么问题?

- ***膝盖受伤需要多长时间才能恢复?***
- ***可以服用哪些止痛药?***
- ***应该避免哪些活动?***

家庭医生将来会做些什么?

家庭医生可能会在接下来的两个月内再次检查你的膝盖。如果仍然有疼痛和肿胀,家庭医生可能会建议做一些检查。

家庭医生可能会讨论如何逐渐恢复体育运动和其他活动。如果需要更多支持,家庭医生可能会将你转介给物理治疗师。

我能做些什么?

遵循家庭医生关于治疗、休息和冰敷的建议。支撑膝盖,避免使症状恶化的活动。密切关注你的症状。如果疼痛或肿胀没有好转,请去看家庭医生。

都有哪些支持?

如果髌前滑囊炎没有好转,家庭医生可能会将你转介给称为骨科医生的私人专家。

在哪里可以了解更多信息?

- **Patient.info** – 前滑囊炎: patient.info

本信息供获得医生诊断的人浏览。本信息不旨在用于诊断疾病或替代持续的医疗护理。

健康资源目录信息单获得悉尼西南区PHN的社区咨询委员会和本地家庭医生的认可。

phn SOUTH WESTERN SYDNEY
An Australian Government Initiative