

神经节囊肿

健康状况信息单
2024年3月发布

这是什么？

神经节囊肿是一些小的囊肿，也称为腱鞘囊肿。看起来像小的肿块，含有浓稠的果冻状物质。囊肿最常附着在关节或肌腱上，可能会出现在手腕后部和脚面小关节旁，也可能出现在膝盖上。神经节囊肿很常见，通常是无害的。目前尚不清楚是什么原因造成的。

家庭医生现在会做些什么？

有时，囊肿会不经治疗而消失。但是，如果造成困扰或引起疼痛，可以和家庭医生讨论去除。有几种治疗方案：

抽吸：医生用细针头和注射器去除液体

类固醇注射：可以减轻肿胀和疼痛

手术：专科外科医生可以切除囊肿

家庭医生可能会将你转诊至另一位医生进行抽吸。医生可能会将你转诊至外科医生，检查是否需要手术。任何这些治疗后，都应该会感到疼痛减轻。治疗不能治愈，神经节囊肿可能在手术或抽吸后复发。家庭医生还可能要求进行X光检查或超声波检查，以帮助找出病因。

家庭医生将来会做些什么？

家庭医生可能会对囊肿采取留待观察的态度，看是否会自行消失。如果囊肿没有消失或感觉疼痛，应该回去看家庭医生。医生会治疗神经节囊肿或将你转诊至专科医生。如果神经节囊肿做了抽吸或切除，则需要二到八周才能完全愈合。愈合所需的时间取决于囊肿的位置以及接受的治疗类型。家庭医生会告知是否想要再次见你。

我可以问医生什么问题？

- 哪种治疗方法适合我？
- 囊肿会复发吗？
- 有什么风险吗？



我能做些什么？

尽量不要碰撞或刺破囊肿，这可能会导致复发。可能需要佩戴夹板。治疗后要再次活动关节。家庭医生可能会教你一些特殊的锻炼动作。

都有哪些支持？

家庭医生可以将你转诊至在Fairfield手部诊所工作的专科医生的私人病房进行预约。该诊所对所有悉尼西南区本地政府区域（Bankstown除外）开放。Bankstown居民将被转诊至私人专家，然后如有必要，可以在Bankstown医院安排手术。

在哪里可以了解更多信息？

- 更好的健康频道 - 神经节囊肿: betterhealth.vic.gov.au
- Patient.info - 腱鞘囊肿: patient.info