



我有退化性膝關節炎，不想開刀，該選擇怎樣的注射治療？

玻尿酸 vs. 自體血小板血清(PRP)

題目

退化性膝關節炎的治療選擇-玻尿酸 VS.自體血小板血清(PRP)注射？

前言

當醫師診斷您有退化性膝關節炎/如果您已經接受過藥物或復健治療都無法改善您的關節炎問題 (持續疼痛，關節活動度受限、生活品質下降)，代表您現在需要思考使用玻尿酸或自體血小板血清(PRP)注射？以達到減輕疼痛、增加活動度、改善生活品質等治療目標。

本表單將幫助您瞭解病因及有哪些治療選擇，請跟著我們的步驟，一步步探索自己的需求及在意的事情，希望能幫助您思考適合自己的選擇。

適用對象 / 適用狀況

50 歲以上，患有退化性膝關節炎患者，接受過藥物或復健治療，症狀仍沒有改善者。但年紀尚輕，不適合換人工關節者。

疾病或健康議題簡介

台灣四十歲以上的民眾，超過五〇%有膝痛的困擾，而「退化性膝關節炎」被認為是最常見的原因，患者的膝蓋有反覆性的疼痛、緊繃或腫脹等症狀，對日常生活造成不同程度的影響。嚴重的退化性膝關節炎對生活品質的長期影響，是非常大的。膝蓋疼痛嚴重時，令人痛不欲生，有持續雞啄或刀割的感覺；有時半夜痛醒，無論擺什麼姿勢都無法入睡。病人運動量減少，就會慢慢影響心肺功能；活動能力一旦受影響，肌肉會快速萎縮，成為惡性循環；出門老跟不上別人腳步，就愈來愈不願出門，影響人際關係；個人身心受創，全家都會受影響。

自然退化的膝蓋軟骨，一旦破壞就無法再生。標準的建議療程，就是進行復健、使用消炎止痛藥、補充軟骨成分製劑 (如葡萄糖胺)、注射潤滑保護製劑 (如玻尿酸)，或是之後再進行血小板濃縮製劑 (PRP) 注射，最後一步則是置換人工關節。

醫療選項簡介：

在需要接受人工膝關節置換前，若復健治療或藥物治療效果不佳，或是不想接受復健或藥物治療時，可以考慮接受關節內藥物注射，除了常見的類固醇治療，主要選項有以下兩種：

1. 關節潤滑製劑注射(玻尿酸)

對於使用藥物或復健治療效果不佳的病人，可以考慮使用關節內玻尿酸注射。玻尿酸為高分子多醣體，是關節液的主要成分，有潤滑膝關節，減緩軟骨磨損的功能。建議療程為每半年 3 至 5 次，每次間隔一週。可由化學合成、微生物發酵或動物組織提煉，故有可能出現過敏反

應。注射後亦有可能出現關節腫脹，為正常反應，冰敷即可緩解。

2. 自體血小板濃縮製劑(PRP)

自體血小板濃厚血清是由病患自體血液分離出高濃度血小板。其中富含多種生長因子，有抗發炎、促進血管新生、軟骨細胞修復的功能。由於是採用病人自體血液離心，故不會有過敏之風險。建議療程則依病患症狀做 1 至 4 次不等。一年對於關節炎止痛效果優於玻尿酸。注射後依個人體質不同，可能產生程度不一的發炎反應，會關節腫脹，冰敷即可緩解。價格較玻尿酸貴。

玻尿酸 VS.PRP 治療退化性膝關節炎療效比較

比較項目	PRP	玻尿酸
修復效果	抗發炎、血管新生、韌帶軟骨細胞再生	潤滑、減緩軟骨磨耗
注射次數	一年 1 至四次	一年六次
治療效果	半年疼痛控制、膝功能改善，兩者類似。	
	一年疼痛控制、膝功能改善，PRP 優於玻尿酸	
治療費用	20000~80000/一年	9000~15000/一年

您目前比較想要選擇的方式是：

- 玻尿酸治療
- PRP 治療
- 持續藥物或復健治療
- 目前還不清楚

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、比較每個選項的優點、缺點、風險、副作用(併發症)、可能的費用。

比較項目	PRP	玻尿酸
要做的事	自體抽血、關節注射	關節注射
優點	富含生長因子，減低關節發炎，促進軟骨修復	關節潤滑，降低發炎，減緩軟骨磨損。
	減輕疼痛較明顯	不用抽血
	改善功能較明顯	部分適應症健保可給付
缺點/風險/副作用	關節腫脹。	關節腫脹、過敏。
	需自費	

	血小板數目或功能異常者不適合	
治療費用	20000~25000/次	1500/次

步驟二、您選擇醫療方式會在意的項目有什麼?以及在意的程度為何?

請圈選下列考量項目，0 分代表對您完全不在意，5 分代表對您非常在意

考量項目	完全不在意 $\xrightarrow{\hspace{10em}}$ 非常在意						備註：如果您非常在意這件事，建議您可以考慮選擇的方案
	0	1	2	3	4	5	
較好的疼痛改善	0	1	2	3	4	5	PRP 注射
害怕抽血	0	1	2	3	4	5	玻尿酸注射
害怕看到血	0	1	2	3	4	5	玻尿酸注射
害怕一直打針	0	1	2	3	4	5	PRP 注射
軟骨再生	0	1	2	3	4	5	PRP 注射
打完關節腫會不舒服	0	1	2	3	4	5	PRP 注射/玻尿酸注射
害怕白花錢	0	1	2	3	4	5	玻尿酸注射

步驟三、您對醫療選項的認知有多少?

- 退化性膝關節炎，關節軟骨受損後，是不會自動修復的。 對 不對 不確定
- PRP 是抽自己的血離心，富含生長因子，可以修復軟骨。 對 不對 不確定
- PRP 的止痛效果比玻尿酸好。 對 不對 不確定
- 接受 PRP 注射後，可改善我的生活品質。 對 不對 不確定
- 接受 PRP 注射後，就可以不用服用藥物。 對 不對 不確定
- 接受玻尿酸注射後，就可以不用服用藥物。 對 不對 不確定
- 接受玻尿酸注射後若未改善，也可以選擇 PRP 治療。 對 不對 不確定

步驟四、您現在確認好醫療方式了嗎?

我已經確認好想要的治療方式，我決定選擇：(下列擇一)

玻尿酸治療

PRP 治療

藥物改變

不進行任何治療

目前還無法做決定

不進行任何治療，原因：

- 我目前還無法決定
- 我想要再與我的主治醫師討論我的決定。
- 我想要再與其他人 (包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者...) 討論我的決定。
- 對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，我的問題有：

瞭解更多資訊及資源：

1. 醫病共享決策平台：
2. 健康 99 網站：
3. Dai WL, Zhou AG, Zhang H, Zhang J. Efficacy of Platelet-Rich Plasma in the Treatment of Knee Osteoarthritis: A Meta-analysis of Randomized Controlled Trials. *Arthroscopy*. 2017 Mar;33(3):659-670.e1. doi: 10.1016/j.arthro.2016.09.024. Epub 2016 Dec 22. Review.
4. Shen L, Yuan T, Chen S, Xie X, Zhang C. The temporal effect of platelet-rich plasma on pain and physical function in the treatment of knee osteoarthritis: **systematic** review and meta-analysis of randomized controlled trials. *J Orthop Surg Res*. 2017 Jan 23;12(1):16. doi: 10.1186/s13018-017-0521-3. Review.
5. Di Y, Han C, Zhao L, Ren Y. Is local platelet-rich plasma injection clinically superior to hyaluronic acid for treatment of knee osteoarthritis? A **systematic** review of randomized controlled trials. *Arthritis Res Ther*. 2018 Jun 19;20(1):128. doi: 10.1186/s13075-018-1621-0.

完成以上評估後，您可以列印及攜帶此份結果與您的主治醫師討論。

2018.08.14 三版

國語版影片	台語版影片
	