

近端指间关节骨折脱位

本页面由机器翻译，尚未经临床医生审核。**英文版本**为权威版本。

您正在感受到的症状

PIP关节（近端指间关节）是您手指的中间指节。这里的骨折脱位是指这个指节发生了骨折，并且关节面滑出了正常对线。它通常发生在球或摔倒迫使手指向后弯折，或在手指弯曲时将其扭转。受伤的那一刻，您可能会感觉到或听到“啪”的一声。

中间指节会立即出现疼痛和肿胀。起初肿胀往往是轻度到中度。手指可能看起来歪斜或扭转，并可能与相邻手指不在一条线上。您很可能不想弯曲或伸直它。日常事情很快就会变得困难：转动钥匙、扣纽扣、端杯子、打字。

人们很容易以为这只是手指戳伤，会自行好转，因为大多数手指戳伤确实如此。这种损伤则不同。断裂的骨块和滑脱的关节需要尽早对齐。如果关节一直处于错位状态，手指可能会僵硬并固定在弯曲位置，日后要让手指重新伸直和活动就会困难得多。这就是为什么这种损伤需要正规检查，而不是等它自行好转。

在最初的几天和几周内，您尝试活动这个指节时会疼痛，夜间也可能隐隐作痛。随着愈合开始，肿胀和疼痛应会逐渐缓解。您的外科医生还会检查同一手指更远端的关节，因为同一次摔倒也可能伤到末端指节。

有些警示信号需要紧急处理。如果受伤后您的手指或手变得苍白、发冷、发白或发蓝，或突然失去感觉或活动能力，请当天前往急诊科。如果受伤处的皮肤破损、有骨头外露，或手指看起来明显变形，也请当天就医。如果您的手指或手变得发热、发红、肿胀并疼痛，尤其是伴有发烧时，请当天前往急诊科。

实际发生了什么

您的中间指节是三样东西的交汇处：靠近手掌那节指骨的末端、下一节指骨的基底，以及一块防止关节向后弯曲的柔软组织垫。在这种损伤中，关节面滑出了原位，第二节指骨的一块骨头断裂脱落。将关节连在一起的部分软组织也撕裂了。

可以把这个关节想象成一个铰链，由下方的一条带子和两侧的两条带子保持稳定。当手指被迫向后弯折时，下方的带子会从骨头上撕脱，两侧的带子也可能撕裂。铰链随后就会滑出它的凹槽。当一块骨头随着带子一起断裂脱落时，铰链就失去了坚实的依托，因此它不会自行保持对齐。

断裂骨头的多少关系重大。如果骨折只涉及关节面的一小部分，关节一旦对齐后仍可以保持稳定。如果涉及更多的关节面，关节就会变得不稳定，没有外力帮助就无法保持位置。骨块的大小、关节滑脱的程度以及哪些软组织撕裂，都会影响接下来的情况。

每种组织的愈合方式都不同。断裂的骨头会在数周内通过新骨重新长合。撕裂的软组织会在它撕脱的骨头上以瘢痕形式重新附着，但前提是在此期间它被固定在正确的位置。如果关节一直处于错位状态，正在愈合的组织就会在错误的位置定型，关节面会相互摩擦而不是顺滑滑动。久而久之，这种磨损可能使这个指节永久疼痛和僵硬。

这就是为什么尽早让关节对齐很重要。一旦各部分被固定在应有的位置，骨头和软组织都有机会在可正常工作的位置上愈合。

我们能做什么

Mater Private Hospital Rockhampton 的上肢外科医生 Kieran Hirpara 医生会根据您的具体损伤来选择治疗方案。有些此类损伤无需手术即可愈合，而另一些则需要在受伤后尽快手术，因此及时评估非常重要。患者通常由全科医生转诊至我们的诊所；如果物理治疗师建议您来就诊，您仍需获得全科医生的转诊才能符合 Medicare 报销资格。在诊所，我们会采集您的病史、检查您的手指，并在需要时安排影像学检查。影像可以显示关节面受累的范围有多大，以及关节在活动时是否保持在原位。这决定了哪种治疗方式适合您。

如果骨折只涉及关节面的一小部分，并且关节对齐后保持稳定，我们通常可以采用非手术治疗。夹板会在愈合期间将手指固定不动。对于某些稳定的损伤，夹板放在手指背侧，阻止中间关节完全伸直，同时仍允许它弯曲。并指胶带固定，即把受伤的手指与相邻手指用胶带固定在一起，也适用于稳定的损伤，并能让手指尽早保持活动。我们会通过复查影像来监测愈合情况，手部治疗师会在合适的阶段指导您恢复活动。

如果关节面断裂的部分较多，或关节无法自行保持在原位，我们一开始就会建议手术。目的是将骨折块和关节固定在可正常工作的位置，使您能够尽早开始活动。有多种方法可以做到这一点，从经皮穿入的钢针到钢板和螺钉，选择哪种取决于您的损伤类型和您的需求。这是一个共同的决定，我们会与您详细讨论每种方案对您意味着什么。

无论您选择哪条路，最初几周的情况都相似。随着愈合开始，疼痛会稳步缓解，我们会帮助您保持舒适。在骨头和软组织长合期间，您要保护好这根手指。Extend Rehabilitation 的 Ruby Doolan 会在合适的阶段开始为您进行手部治疗，并在此过程中为您制作所需的夹板。

预期情况

关节一旦对齐并固定在位，愈合就开始了。断裂的骨头会在数周内长合，撕裂的软组织也需要在这几周内保持固定，才能以瘢痕形式重新附着。在此期间，疼痛和肿胀会稳步缓解，不过这个指节在一段时间内仍会有压痛，使用手后也可能隐隐作痛。

这类损伤后，中间关节天然就容易僵硬，恢复弯曲需要的是几个月而不是几天。Extend Rehabilitation 的 Ruby Doolan 会在合适的阶段开始手部治疗，并指导您恢复活动。大多数人很早就能应付轻松的日常事

务，例如写字、吃饭和打字，而较重的抓握和提举则要晚些才能恢复。何时能够重返工作取决于您的工作内容，而运动则要等到关节变得有力且活动良好之后。

治疗结果因损伤情况和治疗是否及时而异。如果治疗被延误，关节已经僵硬并固定在弯曲位置，完全恢复活动的前景就会更差，可能需要松解紧绷的组织。手术的目的是让您能够尽早活动，而将关节牢固地固定在原位使这成为可能。有些人会遗留僵硬、手指无法完全伸直或持续疼痛。少数人需要进一步手术，而且随着时间推移，关节可能出现关节炎。

在恢复过程中，请留意正在愈合的手指。如果您的手指或手变得发热、发红、肿胀并疼痛，尤其是伴有发烧时，请当天前往急诊科。如果症状没有缓解、在几周内逐渐加重，或者使您无法工作或使用手部，请去看全科医生或要求专科医生评估。

何时就医

如果您的手指看起来明显变形、受伤处的皮肤破损，或有骨头外露，请立即寻求紧急医疗救治。如果受伤后您的手指或手变得苍白、发冷、发白或发蓝，或突然失去感觉或活动能力，请当天前往急诊科。如果您的手指或手变得发热、发红、肿胀并疼痛，尤其是伴有发烧时，也同样如此。

对于其他所有情况，请先去看全科医生。如果疼痛没有缓解，或随着愈合的进展，手指的肿胀、活动或使用没有逐周改善，请要求专科医生评估。这种损伤很容易被当作手指戳伤而忽视，但等它自行好转可能会让关节僵硬并固定在弯曲位置。关节越早对齐，恢复活动的前景就越好。