

以下兩位受傷主角，就因為漠視撞擊，以為普通「屈親」，延誤求醫，白白受苦之餘亦增加醫治難度！

撰文：陳旭英 攝影：張文智 設計：盧森

並無法彎曲。惟對打仍進行中，他勉強支持至完結。事後檢查，左手無名指第三節屈曲了，其餘第一、二節卻僵直。「雖然很痛，但我沒有特別理會，平常都是這樣的……」他說。

無名腫脹 皮似燒豬

當天晚上志謙手指仍疼痛，並開始紅腫。翌日，無名指腫脹加劇，「腫咗一倍，一隻手指變成兩隻手指般粗，皮膚紅到像燒豬皮一樣！」志謙形容，但他在拖了足足一星期後，才願意見醫生。

「那位醫生一望便說沒大礙，給我消炎藥和消炎藥膏，說擦幾日便會復元，毋須覆診……」他說。惟依指示服藥和擦藥，紅腫依舊，痛楚依然。父母多次催促他再次求醫，結果在一個月後才見相熟骨科醫生。對方一望，立即安排照X光。半小時後，X光片送到，骨科醫生搖頭，說要立即動手術，並即打電話聯絡胡醫生作緊急安排。當

醫生在多了
祥年都耽誤
永年後良機
胡說受輕診治



日下午，志謙到養和醫院手術室，即晚進行手術，將斷裂、移位的手指骨重新駁回。

組織受傷 腫脹流血

養和醫院運動創傷及骨科中心主任胡永祥醫生說，青少年特別是男孩，在成長期跌跌碰碰是常見的事，他們都習以為常當小事，但如果受傷後又痛又腫、幾日都未消退，就可能是大事！

「青少年人筋骨靈活，所以大多好動，踩單車、踢足球、打籃球甚麼運動都玩，玩時拼命又夠狠，很多時骨折意外便是這樣發生……」胡醫生說。他解釋，青少年仍處於發育階段，骨骼發展未成熟，無論是骨質密度及硬度都未達到頂峰，故一旦

由於延誤一個月才治理，志謙左手無名指一年後乃呈輕微屈曲。



勿輕視

受到碰撞或猛烈撞擊，發生骨折的機會比成年人高。而香港人撞傷碰擦，很多時會自己搽藥酒，結果傷患醫不好，部分更愈搞愈壞，延誤了診治的黃金機會！像志謙便是拖延了一個多月，才發現受傷情況嚴重。

在X光片中，清楚看見志謙的右手無名指第三節指骨裂開並移位，致發炎腫脹。胡醫生說，突如其來的撞擊有機會令骨骼折斷或裂開，受傷人士很難從表面判斷，故受傷後如覺疼痛難擋，最好是見醫生檢查清楚，醫生亦會安排X光檢查，看清楚內裏情況。

指骨斷裂 移位僵硬

他特別提醒：「受傷組織包括肌肉、韌帶等或會撕裂而流血，故出現腫脹及痛楚。如果受傷後翌日才出現腫脹，傷勢一般較輕微，但如果在受傷後一小時內出現嚴重腫脹，很大機會是韌帶撕裂或骨折，必須立即治理。而受傷後翌日才出



▲ 這是志謙去年十月見胡醫生時，手指的腫脹情況。

▶ 去年受傷後的側面X光片，看見無名指第三節已移位。

志謙捱痛一個月後求醫，一照X光才見手指骨斷裂！

習武對打、籃球搶攻、衝力射球……等運動場上的激戰，難免有肢體碰撞及猛烈撞擊，碰擦跌傷在所難免，「屈親手指」更是常見。但別以為痛幾日擦幾日藥酒便會好起來，因為在猛烈撞擊下，指骨隨時斷裂、移位，手指腫到變豬蹄！



屈親手指

自

去年在跆拳道習訓期間

受傷後，志謙有接近一年時間沒有上道場，直至今年暑假。惟對打期間由於擔心舊患再被擊中，一直小心翼翼避開拳腳，結果在「就住、就住」的情況下，表現大打折扣。

四歲跟隨大哥學習跆拳道，志謙是位大學生，好動活躍，甚麼運動都喜歡，跆拳道更取得教練資格。過往他有不少受傷經歷，所以去年的一次受傷，他最初不當是一回事！

「去年九月底中秋節前一天，當時我和隊員對打，對方起腳踢我——跆拳道是這樣的，遇上攻擊一是避開，一是用手擋，當時選擇用手擋，怎料一擋便出事……」志謙說。

以左手擋格的志謙當下覺得無名指一陣劇痛，之後麻痺失去感覺，

已達教練資格後，上九個月沒穿跆拳道袍。

篤魚蛋 斷指骨

另一位受傷主角是二十八歲的Haydn，同樣拖了三星期才見醫生。

「今年五月和朋友踢足球時，我做龍門員，撲球時發生『篤魚蛋』意外，傷了左手無名指！」他說。

所謂「篤魚蛋」意外，即足球、籃球或任何球類以高速飛到，而手指剛好被球擊中，像「篤魚蛋」一樣。篤魚蛋意外輕則手指屈一屈，重則可以骨折兼移位——Haydn到底是哪一種？

「之後我都沒理，無名指最尾一節是有少少腫，少少痛，但這些事經



▲ Haydn同樣無名指第三節斷裂，要以鋼絲修補固定。



▶ 由於射球速度快，龍門員亦較易會手指受傷。



常發生，過幾日便會消腫，所以我也沒當是一回事。」他說。漠視受傷的結果，不是捱痛那簡單，而是令傷勢惡化，期間他的無名指僵直無法屈曲，連洗頭按摩頭皮都痛楚難擋，惟有就住。到三星期後朋友會面時見到紅腫「大手指」，紛紛勸他見醫生，他才後知後覺。

「我去了就近的政府醫院，照了X光，急症室醫生說手指骨斷了，要做手術駁回……」他說。由於政府醫院排期需時，他馬上到養和找胡永祥醫生。

保護措施 減少受傷

胡醫生檢查後，不禁問他：「為何拖這麼久，你早點來，可能不用動手術呢！」結果Haydn在一星期內接受手術，將無名指第三節裂骨以釘固定，等他重新癒合。手術後，Haydn需服抗生素防發炎，手指亦被包裹保護。

目前，他傷勢大致康復，手指活動未受影響，不過當他握緊拳頭時，卻感到痛楚及力有不逮。

意外，雖然說是意料之外，但我們可以做足保護措施，減少意外發生。胡永祥醫生說，手指是容易受傷的部位，故很多運用

手指的運動員都會包上雙面黏貼的繃帶保護關節，當有猛烈撞擊時都可以起緩衝作用。而足球龍門由於要用手撲球，應戴上保護手套。志謙和Haydn受傷時，正正沒有任何保護措施。

另外年輕人特別喜歡逞強，受傷後大多忍痛不哼一聲，亦遲遲不肯見醫生，正是令傷勢延誤診治的大忌！志謙向記者講述受傷過程時，不經意提及之前曾在練習時「撻親」，傷了腰骨，現在有時會隱隱作痛，父母知道後不免擔心，叮囑他下次覆診時向胡醫生說明情況，檢查清楚。

胡醫生特別提醒父母多加注意子女的受傷情況，因為在過去的暑假，他診治多位海外留學回港的青少年，他們都是因為打球（檯球、足球、籃球等）撞傷而骨折，惟在當地未及時得到適當治療，致回港治療時大大增加手術難度。「早醫早痊癒，是保護身體健康的不二法門。」胡醫生說。

容易受傷，籃球最易出現「篤魚蛋」意外。



現腫脹，如情況嚴重的，亦應該盡快見醫生！」

胡醫生強調及早求醫治非常重要，因為組織受傷或骨裂後不治理，除了會積血、發炎位置惡化腫脹外，組織在自行修復時或會引起竊連及變得僵硬，到後期才治理的話，就算如何巧手的骨科醫生，都未必能將組織完全復位，傷癒後的活動能力亦未必能百分百復元！

像志謙拖延了一個月才得到正確治療，令手術難度大大提高。胡

各種手指受傷情況



◀ 甲病人的X光片，見到骨裂及移位。

▼ 甲病人尾指受傷後呈屈曲，無法伸直。



▲ 乙病人側面的移位情況。



▲ 乙病人中指受傷，呈現腫脹。

▶ 乙病人的X光片可見中指移位情況。



▲ 修補指骨斷裂是極微細的手術，病人愈遲求醫，手術難度愈高。



▲ 手術前清楚見指骨斷裂。 ▲ 手術後，X光片可見以鋼釘固定指骨。



◀◀ 這些雙面自動黏貼繃帶，可以用來保護手指關節。



醫生說：「由於志謙有部分組織已開始生長修復，但指骨卻移位不在正常位置，故必須先將組織分離，拉直手指，再將斷裂的指骨用鋼釘固定，待其慢慢生長。癒合後，才再進行手術將鋼釘取出。」

志謙於去年九月底受傷，十月底才進行手術。術後三星期無名指被固定，不能移動分毫，兩個月內要用繃帶保護手指，避免再有損傷。其實年輕人的復元能力強，正常情況下在三四個月便能康復，但志謙由於拖延治療，所以進度較慢，最終在今年五月才確定指骨生長完好，可以再做手術取走鋼釘。不過志謙目前手指的活動能力仍未百分百回復，無名指第三節可以屈曲，但不靈活，而第二節仍有點僵硬。

◀ 專業運動員都做足保護措施，圖為中國女排隊員以雙面繃帶保護手指。

