# PT-I001 肌肉骨骼評估指導書

| 文件編號 | 版本 | 標題 | 頁碼 |
| --- | --- | --- | --- |
| PT-I001 | A | 肌肉骨骼評估指導書 | 1/5 |
| 擬制部門：物理治療部門 | 批准：總院長 | 制定日期：2024年1月1日 | 實施日期：2024年1月1日 |

## 目錄

1. [目的](#X965e08e2cd57e9f903c56e69af7d1260d9e81d9)
2. [適用範圍](#Xe2ad0b473bd3d91aa953fd7f85e8ae15217109f)
3. [權責](#Xfc15f9fb41b93cad661ea0e3f575c49660c2bf4)
4. [定義](#X3891cf89e23990a32f0bc1ab1ed5b6fa82a65aa)
5. [操作方法](#X1f9dc98076324004060af36b6ea54d51e376a7e)
   1. [評估前準備](#Xf3865aaf77d4d2ddc5bea1fafe03042e7f119b1)
   2. [病史收集](#X83363d76ca467be8b5e3590e6c8110fdb24cdec)
   3. [姿勢評估](#Xb51538100c0366f0cb967ecb674c3455750ce5a)
   4. [關節活動度評估](#X4ebced32996be6c7143967361089337729c0c86)
   5. [肌力評估](#Xf219d6580eb8ed284bcff0a6fd7e8a9dfa79fc2)
   6. [神經肌肉檢查](#Xa6add09ce4d53c70d244660505b9bc45e6556a8)
   7. [特殊檢查](#X58c788673d396218e3f70ac7ba33fdd67e7b2d7)
   8. [評估結果分析與記錄](#X9c8e77320901f954649a8e34a71de6b8e62573c)
6. [注意事項](#X7fc48fcf6d1f919986f154eaf3d6315e32fac58)
7. [相關文件](#X946c35572c8b3fdbc57830336d43de553f388af)

## 1. 目的

本指導書旨在規範肌肉骨骼評估的標準操作流程，確保物理治療師能夠系統、全面地評估患者的肌肉骨骼系統狀態，為後續治療計劃的制定提供客觀依據，並確保評估過程的安全性和有效性。

## 2. 適用範圍

本指導書適用於Ohealth物理治療系統內所有需進行肌肉骨骼系統評估的物理治療服務，包括但不限於門診、住院、居家治療等場景中的初次評估和追蹤評估。

## 3. 權責

1. **物理治療部門主管**：
   * 負責本指導書的審核與更新
   * 監督指導書的實施情況
   * 解決評估過程中的特殊問題
2. **資深物理治療師**：
   * 指導和培訓新進治療師正確執行肌肉骨骼評估
   * 協助解決評估過程中的疑難問題
   * 參與評估方法的更新和改進
3. **執行物理治療師**：
   * 按照本指導書的規定執行肌肉骨骼評估
   * 確保評估過程的安全性
   * 準確記錄評估結果
   * 根據評估結果制定適當的治療計劃
4. **品質管理人員**：
   * 定期審核評估記錄的完整性和準確性
   * 收集和分析評估過程中的問題
   * 提出改進建議

## 4. 定義

1. **肌肉骨骼評估**：通過系統性檢查，對患者的骨骼、關節、肌肉、韌帶等組織的功能和結構狀態進行全面評估，以確定功能障礙的性質、程度和範圍。
2. **關節活動度(ROM)**：關節在特定平面上能夠活動的最大角度範圍，包括主動關節活動度和被動關節活動度。
3. **肌力測試**：評估特定肌肉或肌群所能產生的最大力量，通常使用0-5級評分系統。
4. **特殊檢查**：針對特定肌肉骨骼問題設計的診斷性測試，用於確認或排除特定病理狀態。
5. **功能性評估**：評估患者在執行日常生活或特定活動時的能力和限制。

## 5. 操作方法

### 5.1 評估前準備

1. **環境準備**：
   * 確保評估室溫度適宜（22-26°C）
   * 光線充足但不刺眼
   * 確保隱私性和安靜的環境
   * 評估床高度適中，表面平整，有足夠空間
2. **工具準備**：
   * 關節角度計（角度計）
   * 測量帶（皮尺）
   * 反射錘
   * 觸覺測試工具
   * 評估記錄表
   * 必要時準備疼痛視覺類比量表(VAS)
3. **患者準備**：
   * 解釋評估目的和過程
   * 獲取知情同意
   * 指導患者更換適合評估的服裝
   * 安排患者舒適體位

### 5.2 病史收集

1. **基本資料收集**：
   * 年齡、性別、職業、日常活動模式
   * 主要主訴及其發展過程
   * 相關病史和當前健康狀況
2. **疼痛評估**：
   * 位置：使用身體圖標記疼痛位置
   * 性質：灼熱、刺痛、鈍痛、脹痛等
   * 強度：使用0-10視覺類比量表(VAS)評分
   * 誘發因素：哪些動作或姿勢會加重或緩解症狀
   * 持續時間和頻率：何時開始，持續多久，頻率如何
   * 日常變化模式：早晨、白天、晚上的不同表現
3. **功能限制評估**：
   * 記錄患者在日常生活、工作、休閒活動中的功能限制
   * 使用適當的功能量表或問卷（如Oswestry、DASH、WOMAC等）
4. **既往史**：
   * 過去相關損傷或疾病史
   * 手術史
   * 過去治療經驗及效果
   * 影像學檢查結果（若有）

### 5.3 姿勢評估

1. **站立姿勢評估**：
   * **前視**：
     + 頭部和頸部的位置和對稱性
     + 肩膀高度和水平對稱性
     + 骨盆水平和對稱性
     + 下肢對位，包括膝關節和足部對位
   * **側視**：
     + 頭部姿勢（前傾或後仰）
     + 脊柱自然曲度（頸椎前凸、胸椎後凸、腰椎前凸）
     + 骨盆傾斜（前傾或後傾）
     + 髖關節和膝關節位置
   * **後視**：
     + 肩胛骨位置和對稱性
     + 脊柱側彎
     + 軀幹旋轉
     + 骨盆水平
     + 足部姿勢（內翻或外翻）
2. **坐姿和臥姿評估**：
   * 觀察患者自然採取的坐姿和臥姿
   * 記錄任何異常姿勢習慣或代償模式

### 5.4 關節活動度評估

1. **測量原則**：
   * 告知患者評估目的和程序
   * 先進行主動關節活動度測量，再進行被動關節活動度測量
   * 先評估健側，再評估患側
   * 觀察並記錄動作質量和疼痛反應
   * 使用標準角度計準確測量角度
   * 每個測量重複2-3次取平均值
2. **脊柱關節活動度測量**：
   * 頸椎：屈曲、伸展、側屈（左/右）、旋轉（左/右）
   * 胸椎和腰椎：屈曲、伸展、側屈（左/右）、旋轉（左/右）
3. **上肢關節活動度測量**：
   * 肩關節：屈曲、伸展、外展、內收、內旋、外旋
   * 肘關節：屈曲、伸展、旋前、旋後
   * 腕關節：屈曲、伸展、橈偏、尺偏
   * 手部：拇指和各指關節活動度
4. **下肢關節活動度測量**：
   * 髖關節：屈曲、伸展、外展、內收、內旋、外旋
   * 膝關節：屈曲、伸展
   * 踝關節：背屈、蹠屈、內翻、外翻
   * 足部：各足趾關節活動度
5. **關節末端感覺評估**：
   * 記錄關節活動末端的感覺：彈性止動、組織張力止動、骨性止動、疼痛止動等
   * 評估關節活動度受限的性質

### 5.5 肌力評估

1. **徒手肌力測試(MMT)原則**：
   * 向患者清楚解釋測試程序
   * 示範正確的測試動作
   * 正確放置穩定部位
   * 施加適當的阻力方向和強度
   * 按0-5級標準評定肌力
2. **肌力分級標準**：
   * 0級：完全無肌肉收縮
   * 1級：可見或可觸及肌肉收縮，但無關節運動
   * 2級：重力消除位置可完成全關節活動度
   * 3級：抗重力位置可完成全關節活動度，但無法抵抗外力
   * 4級：抗重力位置可完成全關節活動度，能抵抗中等阻力
   * 5級：抗重力位置可完成全關節活動度，能抵抗最大阻力
3. **關鍵肌群測試**：
   * 頸部肌群：屈頸肌、伸頸肌、側屈頸肌
   * 軀幹肌群：腹直肌、腹外斜肌、腹內斜肌、豎脊肌
   * 上肢肌群：三角肌、肱二頭肌、肱三頭肌、旋轉肌袖肌群、前臂屈肌群、前臂伸肌群
   * 下肢肌群：髂腰肌、臀大肌、臀中肌、股四頭肌、腘綱肌、小腿三頭肌、脛前肌
4. **功能性肌力測試**：
   * 適當情況下進行功能性肌力測試，如下蹲測試、推牆測試、橋式測試等
   * 記錄患者能夠完成的重複次數或維持時間

### 5.6 神經肌肉檢查

1. **感覺檢查**：
   * 輕觸覺：使用棉球輕觸皮膚
   * 痛覺：使用尖鈍測試
   * 溫度覺：必要時使用冷熱測試
   * 本體感覺：關節位置感和運動覺測試
   * 按皮節或周圍神經分佈區域進行系統性檢查
2. **反射檢查**：
   * 深腱反射：肱二頭肌反射、肱三頭肌反射、膝反射、踝反射
   * 病理反射：巴賓斯基反射等
   * 使用標準反射錘，評估反射活躍程度（0-4+）
3. **神經彈性測試**：
   * 上肢神經彈性測試：ULTT (Upper Limb Tension Test)
   * 下肢神經彈性測試：SLR (Straight Leg Raise)、Slump Test
   * 記錄症狀出現的角度和性質
4. **肌肉張力評估**：
   * 評估肌肉張力是否正常、增高或降低
   * 觀察有無異常肌張力模式

### 5.7 特殊檢查

1. **關節穩定性測試**：
   * 肩關節：前抽屜測試、後抽屜測試、盂唇撕裂測試等
   * 膝關節：前後抽屜測試、側向應力測試等
   * 踝關節：前抽屜測試、側向傾斜測試等
   * 記錄陽性或陰性結果及其臨床意義
2. **肌腱完整性測試**：
   * 旋轉肌袖測試：Jobe測試、外旋阻力測試等
   * 肱二頭肌長頭腱測試：Speed測試、Yergason測試等
   * 膝伸肌和屈肌腱測試
   * 跟腱完整性測試
3. **壓痛點檢查**：
   * 系統性檢查常見壓痛點位置
   * 記錄壓痛點的位置、壓痛程度和放射痛模式
4. **特定疾病相關測試**：
   * 頸椎：Spurling測試、牽引測試等
   * 腰椎：McKenzie評估、帕特里克測試等
   * 髖關節：FABER測試、FADIR測試等
   * 足部：Morton測試、風車測試等

### 5.8 評估結果分析與記錄

1. **資料整合與分析**：
   * 綜合分析所有評估結果
   * 確定功能障礙的性質和範圍
   * 建立物理治療診斷和臨床推理過程
2. **評估記錄要求**：
   * 使用標準評估表格記錄
   * 記錄必須客觀、準確、完整
   * 避免主觀判斷，注重客觀測量數據
   * 標準化縮寫和術語的使用
3. **結果解釋與溝通**：
   * 向患者解釋評估結果
   * 討論功能限制和相關影響因素
   * 設定治療目標和期望
   * 記錄患者的反饋和關注點

## 6. 注意事項

1. **安全注意事項**：
   * 評估前了解患者的禁忌症和注意事項
   * 評估過程中持續觀察患者的反應
   * 出現不適立即停止相關評估
   * 評估強度應根據患者情況適當調整
2. **特殊人群注意事項**：
   * 老年患者：注意評估時間控制，避免疲勞；評估動作宜緩慢、平穩
   * 兒童患者：採用適合年齡的評估方法和溝通方式
   * 急性期患者：評估手法輕柔，避免加重症狀
   * 慢性疼痛患者：注意疼痛行為觀察，區分器質性與功能性問題
3. **評估效率**：
   * 根據患者主訴有針對性地選擇評估項目
   * 保持邏輯性，避免重複不必要的測試
   * 控制總評估時間在40-60分鐘內
4. **環境與設備**：
   * 評估前檢查所有設備是否正常工作
   * 確保評估環境的安全和隱私
   * 適當調整室內溫度和光線

## 7. 相關文件

1. **上層文件**：
   * PT-P003 評估程序
   * PT-P004 治療計劃管理程序
   * PT-P006 治療安全管理程序
2. **平行文件**：
   * PT-I007 呼吸物理治療指導書
   * PT-I004 運動治療指導書
   * PT-I003 徒手治療操作指導書
3. **表單**：
   * PT-F007 物理治療評估表
   * PT-F001 患者基本資料表
   * PT-F003 治療記錄表