

病歷號碼：

姓名：

出生年月日：

醫病共享決策輔助評估表

決策題目：

我剛被診斷顳顎關節退化性關節炎，我需要接受手術嗎？

前言：

顳顎關節退化性關節炎可透過調整口腔行為習慣、戒除不良咬合習癖、配合藥物使用與關節鏡手術，可以有效控制關節疼痛與開口障礙。當醫師診斷您有顳顎關節退化性關節炎，您可以思考要著手調整口腔行為習慣、戒除不良咬合習癖、藥物使用或接受手術。接下來這份醫病共享決策輔助工具，可以幫助您了解不同方法的優缺點，您可以思考是否了解自己的口腔行為習慣及改變口腔行為習慣的執行信心、對使用藥物或接受手術的顧慮，可與您的醫師共同討論，選出最適合您的治療方式，幫助您一起面對顳顎關節退化性關節炎。

適用對象 / 適用狀況：

診斷為顳顎關節退化性關節炎的病人

疾病介紹：

顳顎關節俗稱下巴關節，位於耳朵前、顎骨與頭部相連之處，將手指放在耳朵前的臉頰上，在張口閉口時將會感受到會滑動的關節。關節因過度及長期負荷下將會導致關節重塑過程受到干擾而退化，原因包含壓力、咬緊牙關、磨牙或其他咀嚼動作等。病人常因張口閉口時的關節痛、關節聲音及張口閉口障礙而看診，除不良咬合習癖外，焦慮、憂鬱或睡眠不佳也將增加病人的疼痛感受。因此，消除疼痛或減輕疼痛、重建正常咀嚼功能和改善生活質量是治療的目的。



醫療選項介紹：

不管採用何種治療方式減輕關節疼痛，您都要開始進行口腔行為習慣的調整，以下我們提供了幾個方式提供您思考選擇。

1. 口腔行為習慣改變，暫不使用藥物：

口腔行為習慣改變，包含用兩側輪流咀嚼食物、不要咬住牙齒或磨牙、不要吃堅硬堅韌的食物、不要張大口吃東西；適度運動放鬆心情、緩解壓力，按摩、熱敷一起來；每日健口操能強化咀嚼肌群與穩定口腔機能；不好的姿勢會影響要正確(不論是睡姿、坐姿、站姿)；可以諮詢醫療團隊，製作客製化的咬合板分開牙齒保護關節，協助您改善口腔行為習慣。

2. 改變口腔行為習慣，咬合板合併藥物治療：

口腔行為習慣與心情放鬆改變是最重要的，但對自己改變咬合習慣沒有執行的信心，您也可考慮合併使用藥物，醫師會依您關節症狀與您討論咬合板與藥物合併使用。

3. 改變口腔行為習慣，接受微創手術：

口腔行為習慣與心情放鬆是最重要的，慢性疼痛超過三個月將極度影響生活品質，您也可考慮接受關節鏡微創手術，醫師會依您關節症狀與您討論手術風險。

4. 改變口腔行為習慣，接受開放手術：

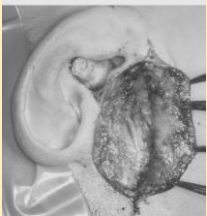
嚴重的退化性關節炎，經過微創手術治療後，關節依然疼痛與張閉口障礙，您也可考慮接受關節開放手術，醫師會依您關節症狀與您討論手術風險。

您目前比較想要選擇的方式是：

- ☐ 我想先調整口腔行為習慣，暫不使用藥物，依約定期程回診追蹤。
- ☐ 改變口腔行為習慣，咬合板合併使用藥物治療。
- ☐ 改變口腔行為習慣，關節鏡微創手術。
- ☐ 改變口腔行為習慣，關節鏡開放手術。
- ☐ 我還不能決定。

在此，請透過以下四個步驟來幫助您做決定：

步驟一：治療選擇

選項 考量	改變口腔行為 習慣，暫不使用 藥物	改變口腔行為習慣		
		需遵守正確的口腔行為習慣及適度運動		
		咬合板合併藥物 治療	微創手術	開放手術
要 做 的 事	1.用兩側輪流咀嚼食物、不咬牙或磨牙、不吃堅硬堅韌食物、不張大口吃東西。 2.每日健口操、適度運動與正確的姿勢。	1.配合醫師指示於飯後或睡前服藥。 2.醫師會依您關節症狀製作咬合板，配合醫師指示於白日或夜晚配戴。	1.配合醫師指示進行檢查與手術評估。 2.住院天數3-4天。 	1.配合醫師指示進行檢查與手術評估。 2.住院天數5-7天。 
優 點	1.小口流質飲食，可以降低關節負荷。	1.非類固醇類消炎止痛藥能減緩神經周邊的發炎反應及疼痛。 2.肌肉鬆弛劑能緩解肌肉緊繃；提高對疼痛控制的效果。 3.咬合板能保護牙齒、關節與放鬆肌肉。	1.傷口小，不到0.5cm。 2.沖洗關節內部的發炎物質，注射玻尿酸或生長因子改善關節內部環境。	1.以重建關節內部型態，移除發炎物質，穩定關節功能為目標。
缺 點		1.對胃腸不好的病人，需考慮不良影響。 2.藥物都可能有短暫副作用，雖然發生機率較低，仍有	1.需住院進行麻醉手術。 2.部分注射的藥物需要自費。	1.需住院手術。 2.傷口大，住院時程長，配合使用神經探測器降低顏面神經傷害風險，部分材料需自費。

選項 考量	改變口腔行為 習慣，暫不使用 藥物	改變口腔行為習慣		
		需遵守正確的口腔行為習慣及適度運動		
		咬合板合併藥物 治療	微創手術	開放手術
		注意事項。 3.咬合板需要客製 化製作，當日無法 取得，健保一年只 補助一次，沒有配 戴不會有效果，長 期配戴後，可能會 有咬合上的些微變 化。		

步驟二：偏好考量

請圈選下列考量項目，1 分代表對您完全不同意，5 分代表對您非常同意

考量項目	完全 不同意	←————→			非常 同意
我擔心我無法調整口腔行為習慣	1	2	3	4	5
我擔心我無法配戴咬合板	1	2	3	4	5
擔心藥物的副作用	1	2	3	4	5
擔心會變成慢性疼痛	1	2	3	4	5
擔心手術的風險	1	2	3	4	5
擔心傷口影響美觀	1	2	3	4	5
擔心需要額外的經濟負擔	1	2	3	4	5
其他	1	2	3	4	5

步驟三：您對醫療選項的認知有多少？

(以下問題若有任一項“我不確定”，請洽醫護人員再次說明)

認知問題	對	不對	不確定
1. 只用單側牙齒咀嚼食物是正確的口腔行為。			
2. 緊張時咬住牙齒是不良的口腔習癖。			
3. 疼痛超過三個月表示關節內部有發炎反應。			
4. 關節鏡微創手術的傷口小於 0.5cm。			

步驟四：您現在確認好醫療方式了嗎？

- 我已經確認治療方式，我決定選擇：
 - ☐ 口腔行為習慣改變，暫不使用藥物，依約定期程回診追蹤
 - ☐ 改變口腔行為習慣，咬合板合併使用藥物治療
 - ☐ 改變口腔行為習慣，關節鏡微創手術
 - ☐ 改變口腔行為習慣，關節鏡開放手術
 - ☐ 我還不能決定
- 我對於自己的決定有多確定
 - ☐ 完全確定 ☐ 不是很確定 ☐ 完全不確定
- 我還沒做決定，但比較偏向於
 - ☐ 口腔行為習慣改變，暫不使用藥物，依約定期程回診追蹤
 - ☐ 改變口腔行為習慣，咬合板合併使用藥物治療
 - ☐ 改變口腔行為習慣，關節鏡微創手術
 - ☐ 改變口腔行為習慣，關節鏡開放手術
 - ☐ 關節開放手術
 - ☐ 我還不能決定，我想要與家人朋友討論後再作決定
- 對於上述的治療方式，我還想要提問的是：_____
- 您對於本次醫病共享決策討論的過程的滿意度為何？

非常不滿意 非常滿意

1 2 3 4 5

瞭解更多資訊及資源：

●高醫體系 SDM 平台，網址：



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。