

中醫臨床技能測驗

髂脛束症候群

(Iliotibial Band Syndrome)

- ☐望
- ☐聞
- ☐問 (含病史詢問)
- ☒切 (含脈診及身體診察)
- ☐病情解釋
- ☐醫病溝通
- ☐臨床處理
- ☐衛教
- ☐單項技能操作(技術名稱)

☐跨領域照護(非必選)：中醫會診/中西醫整合

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	1/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

一、告示牌

第_____站

場景：中醫門診

姓名、年齡、性別：

李○○，27 歲，女性

主訴：左膝疼痛約三個月

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	2/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

二、 考生指引

■背景資料：李小姐，27 歲，半年前開始接觸馬拉松運動，頻繁跑步。最近三個月又著迷於跑山，下山後左膝常有腫熱痛的感覺，因而感到困擾，前來中醫門診就診。

■測驗主題：切(身體診察)

1.膝部疼痛理學檢查。

2.請務必將以上內容及步驟口頭唸出，否則考官無法評估您所正在進行的內容。

3.從身體診察所得的資訊向考官提出二個您認為應排除的鑑別診斷，並作出臆測診斷。

■測驗時間：8 分鐘

■案例資訊：無

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	3/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

三、考官指引

■測驗目標/面向(可複選)：

- ☐望
- ☐聞
- ☐問 (含病史詢問)
- 切 (含脈診及身體診察)
- ☐病情解釋
- ☐醫病溝通
- ☐臨床處理
- ☐衛教
- ☐單項技能操作(技術名稱)

■測驗場景：■中醫門診、□中醫病房、□其他

■考官注意事項(考官任務)，應涵蓋以下：

※考題的目標：理解髌脛束症候群 (ITBS)，一種常見的膝關節損傷，通常表現為膝關節外側觸診時疼痛或壓痛，位置高於關節線且低於股骨外上髁。它被認為是一種非創傷性過度使用損傷，常見於跑步者，並且通常伴隨著臀部外展肌的潛在無力。

※考生任務：對於髌脛束症候群需要執行身體診察與鑑別診斷。

※過程中特別注意事項：考生是否能清楚說明身體診察的步驟，判定何為陽性診斷。

※本題之關鍵評核項目(Critical Decision point)為中醫專科醫師之臨床鑑別診斷能力。

■病情摘要

(一) 個案情境與主訴

左膝疼痛已經三個月。

(二) 病史詢問

27 歲李小姐，半年前開始接觸長跑運動，近三個月又開始跑山運動訓練，左膝腫痛感持續增加。

(三) 身體診察特徵

- 1.疼痛部位：左膝外側局部疼痛。按壓左股骨外上髁，約膝陽關穴，有確切疼痛點。
- 2.視診：左膝外觀稍有腫脹於右膝。
- 3.Ober's test：本案例為陰性反應

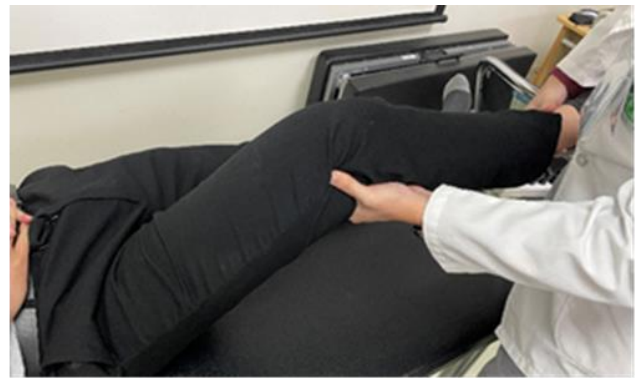
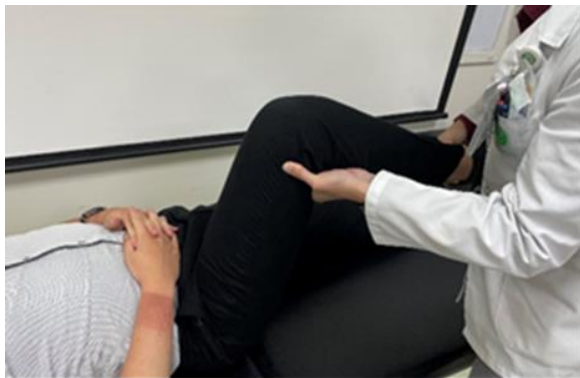
患者側躺姿勢，患處在上。患側膝關節彎曲呈 90 度下，施測者先將髌關節呈外展及後伸姿勢，再讓患者大腿自然內收，盡可能的往治療床方向垂放。若患者大腿無法內收垂放至治療床，則此測試為陽性。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	4/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------



4. Noble's test：本案例為陽性反應

患者平躺姿勢，施測者將患者的膝關節慢慢從 90 度伸直至 30-40 度，此過程同時施予壓力於股骨外上髁的髁脛束位置，若會引發疼痛即為陽性反應。



5. Renne's test：本案例為陽性反應

站姿，請患者一手扶著測試者以保持平衡，以患側腳單腳站立，慢慢往下蹲，同時施測者按住股骨外上髁的位置，膝蓋彎曲到 30-40 度後再慢慢返回伸直位。此蹲下過程，若施測者手指下方感受到聲響或患者出現疼痛感則為陽性反應。



測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	5/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

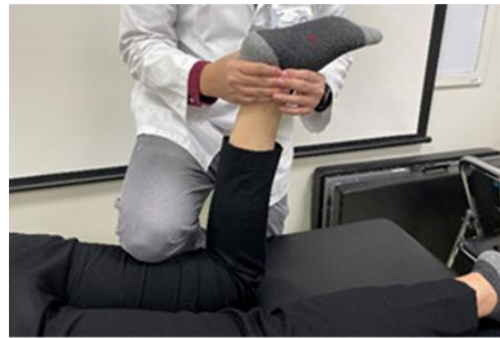
6. McMurrays test：本案例為陰性反應

仰躺姿，檢查者一手握住膝蓋，以拇指及四指觸診膝部兩側關節線，另一隻手握住腳底支撐。膝關節屈曲位置，通過脛骨內旋和內翻應力伸直膝關節。返回膝關節屈曲位置，再通過脛骨外旋和外翻應力伸直膝關節。若出現疼痛、聲響、鎖卡感，則可能表示半月板受損(陽性反應)。



7. Apley's Grind test and Apley's Distraction test：本案例為陰性反應

俯臥姿勢，患側膝蓋彎曲至 90 度，檢查者向內及向外旋轉脛骨觀察是否動作限制或產生疼痛。之後再施加向上牽拉、向下壓迫之力下，再次重複向內及向外旋轉脛骨。若在向上牽拉、旋轉脛骨時更痛苦，則可能是副韌帶損傷。若向下壓迫、旋轉脛骨時更痛苦或旋轉角度減少，則較可能是半月板損傷。



(四) 本案例臨床診斷與處置之參考

1. 鑑別診斷

西醫診斷：髂脛束症候群

中醫診斷：筋傷

需鑑別常見的膝半月板損傷、膝外側副韌帶拉傷、髌骨外翻、髌下滑囊炎等

髂脛束症候群的診斷依賴於臨床病史和身體理學檢查。影像學僅用於復發或難治性病例，並需要與臨床訊息相關聯。病人通常表現為位於 Gerdy 結節(脛骨外髁前外側的突起)和外上髁之間區域的外側膝關節疼痛。病史通常與近期長期有氧運動有關(如跑步)，很少出現急性損傷。遠端 ITB 的觸診可能會很痛，臨床醫生可能會感覺到活動範圍內的捻髮磨擦感。ITBS 的特殊測試包括 Noble 和 Ober 測試。

(參考資料: Iliotibial Band Syndrome: Evaluation and Management

Strauss, Eric. Journal of the American Academy of Orthopaedic Surgeons Volume: 19 Issue 12 (2011))

2. 相關檢驗及處置:略。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	6/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

四、評分表

■測驗目標：切(身體診察)

■測驗時間：8 分鐘

評分項目: (建議 10-15 項)	評量考生			
測驗項目：	完全做到	部分做到	沒有做到	備 註
1. 確認左膝疼痛位置(壓痛點)	2	1	0	
2. 比較雙側膝關節外觀差異	2	--	0	
3. Ober's test	2	1	0	
4. Noble's test	2	1	0	
5. Renne's test	2	1	0	
6. McMurray test	2	1	0	
7. Apley's grind test	2	1	0	
8. Apley's distraction test	2	1	0	
9. 鑑別診斷 (應排除的診斷: 膝半月板損傷、膝外側副韌帶拉傷、髕骨外翻、髕下滑囊炎等)	2	1	0	
10. 診斷為髌脛束症候群	2	--	0	

及格標準 設定方法	※註：教案通過審查後，請 OSCE 中心提供(須包含設定標準原則)		及格分數	※註：教案通過審查後，請 OSCE 中心提供	
考生整體表現	差 1	待加強 2	普通 3	良好 4	優秀 5
說明：					

評分考官簽名：_____

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	7/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

五、評分說明

1. 確認左膝疼痛位置(壓痛點)
完全做到：確認病人左膝疼痛部位並找尋壓痛點。
部份做到：只做到一項(如只向病人確認左膝疼痛，但無尋找壓痛點)。
沒有做到：完全沒做到。
2. 比較雙側膝關節外觀差異
完全做到：有請病人拉高褲管，比較兩側膝關節外觀差異。
沒有做到：完全沒做到。
3. Ober's test
完全做到：使患者右側躺在左膝彎曲 90 度下，施測者先將左髖呈外展及後伸姿勢，再讓患者大腿自然內收，盡可能的往治療床方向垂放。若患者大腿可內收垂放至治療床，則此測試為 陰性 。
部份做到：僅做測試而無確認左大腿可垂放之陰性徵兆，或動作不確實。
沒有做到：完全沒做到。
4. Noble's test
完全做到：患者平躺姿勢，施測者將患者的左膝慢慢從 90 度伸直至 30-40 度，此過程同時施予壓力於股骨外上髁的髁脛束位置，若會引發疼痛即為 陽性反應 。
部份做到：僅做測試而無確認左膝疼痛角度之陽性徵兆，或動作不確實。
沒有做到：完全沒做到。
5. Renne's test
完全做到：患側左腳站立，慢慢往下蹲，同時施測者按住股骨外上髁的位置，膝蓋彎曲到 30-40 度後再慢慢返回伸直位。此蹲下過程，若施測者手指下方感受到聲響或患者出現疼痛感則為 陽性反應 。
部份做到：僅做測試而無確認左膝聲響或疼痛之陽性徵兆，或動作不確實。
沒有做到：完全沒做到。
6. McMurray test
完全做到：仰躺姿，檢查者一手握住左膝蓋，另一隻手握住腳底支撐。膝關節屈曲位置，通過脛骨旋轉和內外翻應力伸直膝關節。若無疼痛，即是陰性反應。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	8/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

部份做到：僅做測試而無確認左膝無疼痛之陰性徵兆，或動作不確實。
沒有做到：完全沒做到。
7.Apley's grind test
完全做到：俯臥姿勢，左膝蓋彎曲至 90 度，檢查者握住足跟施加向下壓迫，再向內及向外旋轉脛骨。若無疼痛即為陰性反應。
部份做到：僅做測試而無確認左膝無疼痛之陰性徵兆，或動作不確實。
沒有做到：完全沒做到。
8.Apley's distraction test
完全做到：俯臥姿勢，左膝蓋彎曲至 90 度，檢查者握住足踝施加向上牽拉，再向內及向外旋轉脛骨。若無疼痛即為陰性反應。
部份做到：僅做測試而無確認左膝無疼痛之陰性徵兆，或動作不確實。
沒有做到：完全沒做到。
9.鑑別診斷 (應排除的診斷:膝半月板損傷、膝外側副韌帶拉傷、髌骨外翻、髌下滑囊炎等)
完全做到：提出應排除膝半月板損傷、膝外側副韌帶拉傷、髌骨外翻、髌下滑囊炎等二個以上的鑑別診斷。
部份做到：僅提出一項。
沒有做到：完全沒做到。
10.診斷為髌脛束症候群
完全做到：提出診斷為髌脛束症候群。
沒有做到：完全沒做到。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	9/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	------	------	------------------

六、SP 指引(劇本)

考題說明

■測驗任務：本案例是測驗學員對於膝痛的身體診察與鑑別診斷的能力。

■任務：

1. 考前：依據劇本進行考官與 SP 共識，以確認演出之有效性。
2. 劇本未提供之訊息，在不協助/不阻礙考生得分的原則下，可自行決定回應方式。
3. 考試時：心態請力持公平，不協助/不阻礙考生得分。
4. 您將扮演 27 歲的李小姐，半年前開始接觸馬拉松運動，頻繁跑步。最近三個月又著迷於跑山，下山後左膝常有腫熱痛的感覺，因而感到困擾，前來中醫門診就診。
學員將依照您的狀況為您作身體診察，過程中請您配合學員的要求來做動作，請務必記得後述劇情中身體診察重要的陽性反應。

■場景：中醫門診

■起始姿勢：坐姿

■表情、情緒、動作：表情略顯疼痛感，情緒平穩，左手扶著左側膝蓋

■人員/道具：20-40 歲女性 SP 一名，著寬鬆長褲。

■演出時間：8 分鐘

SP 開場語

醫師您好

SP 必問問題

無

回應考生原則

■對話：考生詢問到劇本未描述的問題，回應之原則以不協助/不阻礙考生得分，不主動提供任何資訊。

- 1.學員觸診時，左膝外側區域疼痛，按壓左股骨外上髁(約膝陽關穴)，有確切疼痛點。
- 2.若檢查為陽性反應要說會痛！

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	10/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	-------	------	------------------

劇情

(一) 臨床資料

1. 基本資料：27 歲女性患者。

2. 個案情境與主訴：

27 歲的李小姐，半年前開始接觸馬拉松運動，頻繁跑步。最近三個月又著迷於跑山，下山後左膝常有腫熱痛的感覺，因而感到困擾，前來中醫門診就診。

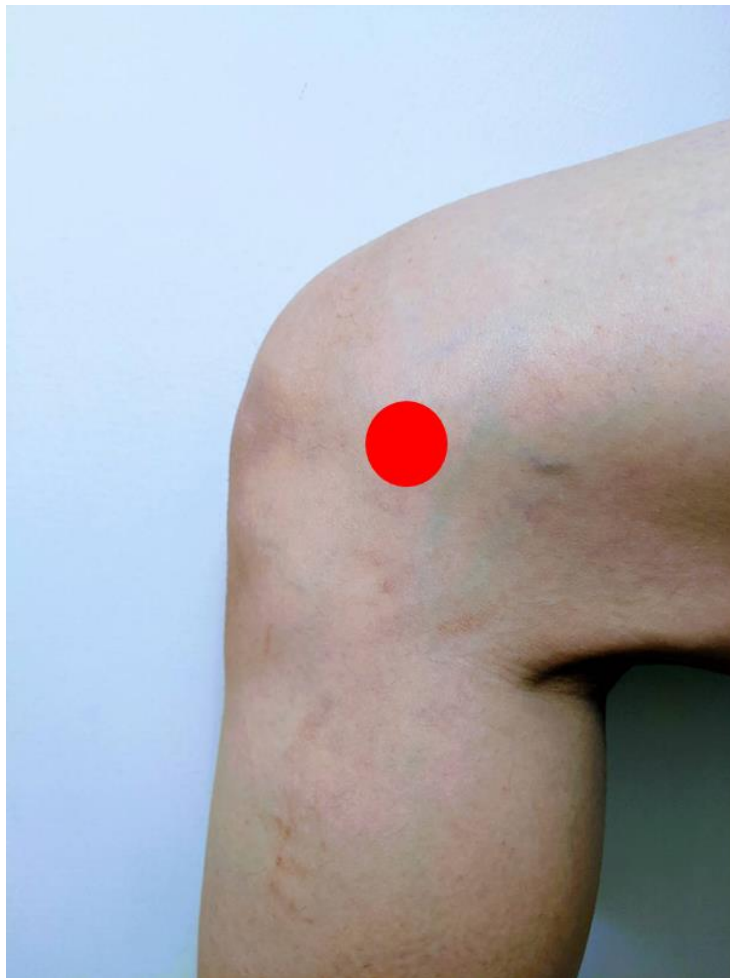
(二) 病史詢問包含：(主要臨床症狀、現在病史、過去病史可包含家族史、藥物史、過敏史、其他病史)

本案例不需病史詢問

(三) 身體診察：

身體診察過程中有一些會呈現陽性反應，除了解以下文字敘述外，請依共識會議訓練指導。

1. 壓痛點確認：學員要觸診確認左膝疼痛位置，在左膝外側，按壓左股骨外上髁(約膝陽關穴，如下圖紅點所示處)，有確切疼痛點。



測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科	11/14	版本日期	2022/12/19 Final
	☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案			

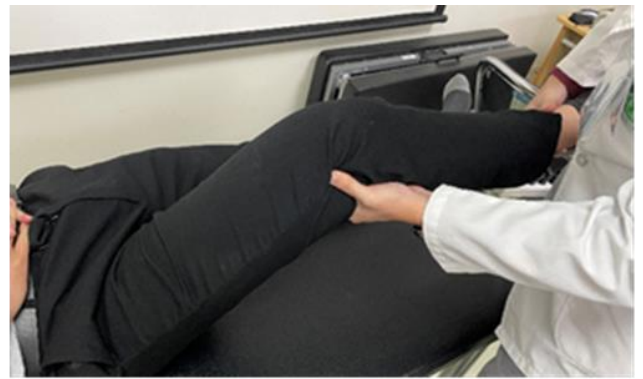
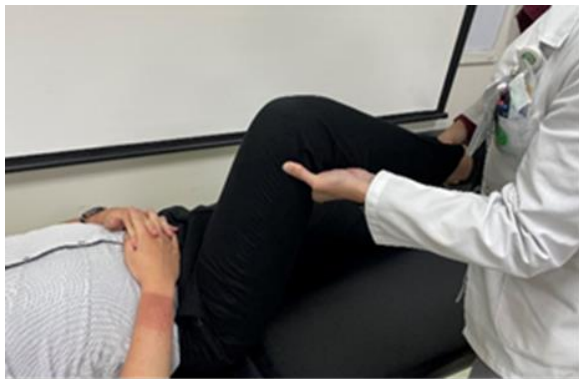
2. Ober' s test：本案例為陰性反應

患者側躺姿勢，患處在上。患側膝關節彎曲呈 90 度下，施測者先將髖關節呈外展及後伸姿勢，再讓患者大腿自然內收，盡可能的往治療床方向垂放。若患者大腿無法內收垂放至治療床，則此測試為陽性。



3. Noble' s test：本案例為陽性反應

患者平躺姿勢，施測者將患者的膝關節慢慢從 90 度伸直至 30-40 度，此過程同時施予壓力於股骨外上髁的髂脛束位置，若會引發疼痛即為陽性反應。



4. Renne's test：本案例為陽性反應

站姿，請患者一手扶著測試者以保持平衡，以患側腳單腳站立，慢慢往下蹲，同時間施測者按住股骨外上髁的位置，膝蓋彎曲到 30-40 度後再慢慢返回伸直位。此蹲下過程，若施測者手指下方感受到聲響或患者出現疼痛感則為陽性反應。

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科	12/14	版本日期	2022/12/19 Final
	☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案			



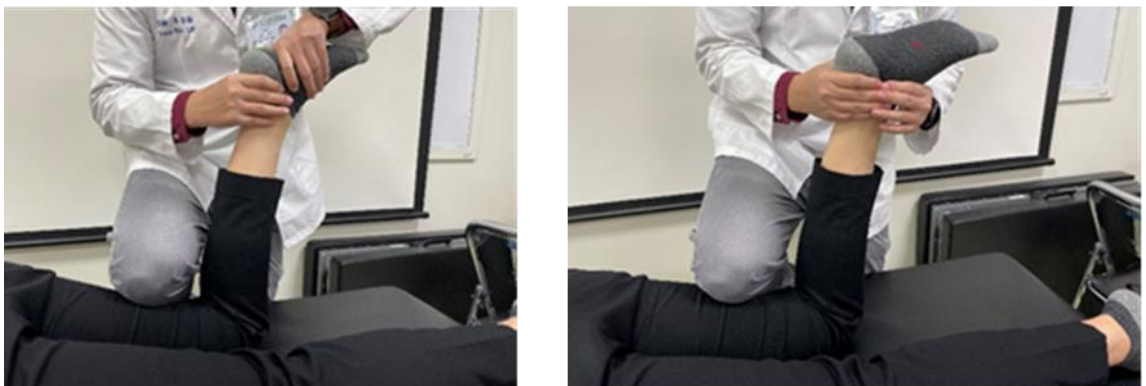
5. McMurrays test：本案例為陰性反應

仰躺姿，檢查者一手握住膝蓋，以拇指及四指觸診膝部兩側關節線，另一隻手握住腳底支撐。膝關節屈曲位置，通過脛骨內旋和內翻應力伸直膝關節。返回膝關節屈曲位置，再通過脛骨外旋和外翻應力伸直膝關節。若出現疼痛、聲響、鎖卡感，則可能表示半月板受損(陽性反應)。



6. Apley's Grind test and Apley's Distraction test：本案例為陰性反應

俯臥姿勢，患側膝蓋彎曲至 90 度，檢查者向內及向外旋轉脛骨觀察是否動作限制或產生疼痛。之後再施加向上牽拉、向下壓迫之力下，再次重複向內及向外旋轉脛骨。若在向上牽拉、旋轉脛骨時更痛苦，則可能是副韌帶損傷。若向下壓迫、旋轉脛骨時更痛苦或旋轉角度減少，則較可能是半月板損傷。

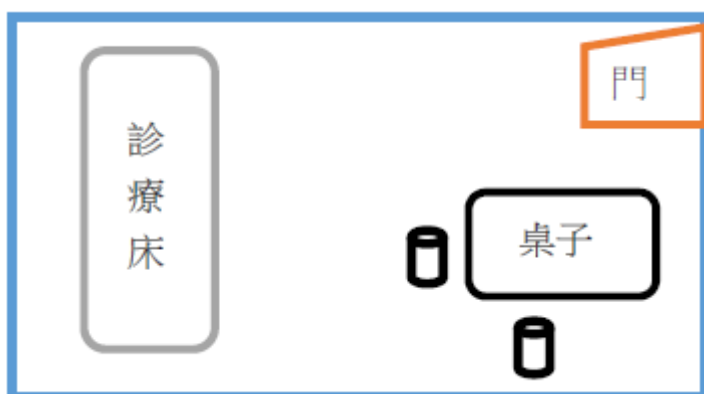


測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	13/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	-------	------	------------------

劇本對白例句

	醫師對 SP 的問題	SP 的回應
開場語	李小姐你好，我是 XXX，中醫部 XX 醫師，請問你哪裡不舒服？	醫師您好，我的膝蓋會痛。
	Q：目前膝部疼痛位置在哪邊？	A：左邊膝蓋上疼痛。
	Q：方便我幫你按壓檢查一下確切膝痛位置嗎？	A：好(按壓左膝後，回應都有點不舒服，但按壓左股骨外上髁，約膝陽關穴，有確切疼痛點)。
	Q：Ober's test，左大腿外側是否緊繃不舒服？	A：無。(表情和緩，且左大腿可垂放置治療床)
	Q：Noble's test，左膝是否會疼痛？	A：有。(表情痛苦)
	Q：Renne's test，左膝是否會疼痛？	A：有。(表情痛苦)
	Q：McMurrays Test，左膝是否有疼痛感？	A：無。(表情和緩)
	Q：Apley's Grind test，左膝是否有疼痛感？	A：無。(表情和緩)
	Q：Apley's Distraction test，左膝是否有疼痛感？	A：無。(表情和緩)

■診間示意圖：



■道具及器材：

無

測驗對象	☐ 中醫內科 ☐ 針灸科 ☐ 中醫婦科 ☐ 中醫兒科 ☒ 中醫傷科 ☐ 中醫家庭暨社區醫學科 專科醫師訓練臨床技能測驗教案	14/14	版本日期	2022/12/19 Final
------	--	-------	------	------------------