

# Bệnh khớp thần kinh Charcot

Trang này được dịch bằng máy và chưa được bác sĩ kiểm tra. **Bản tiếng Anh** là bản chính thức.

## Những cảm giác mà bạn đang trải qua

Bệnh khớp thần kinh Charcot thường gặp ở những người đã mất một phần cảm giác ở bàn chân, phần lớn là do bệnh đái tháo đường. Vì các khớp không thể cảm nhận được lực tác động như bình thường, việc đi bộ hoặc đứng lâu có thể gây tổn thương âm thầm cho chúng. Khớp bị sưng, nóng và đỏ; hình dạng bàn chân cũng có thể thay đổi dần. Ban đầu, nhiều người hầu như không cảm thấy đau, điều này khiến bệnh dễ bị bỏ qua.

Khi có cảm giác khó chịu, nó thường xuất hiện ở giữa bàn chân hoặc mắt cá chân. Triệu chứng này thường trở nên trầm trọng hơn sau khi đứng hoặc đi lại lâu, và có thể nặng hơn vào ban đêm hoặc khi vừa thức dậy. Nghi ngơi thường giúp giảm triệu chứng, nhưng tình trạng sưng có thể mất một thời gian mới hết. Khi hình dạng bàn chân thay đổi, các hoạt động hàng ngày cũng trở nên khó khăn hơn: giày có thể gây cọ xát hoặc không còn vừa chân; việc đứng nấu ăn cũng trở nên mệt mỏi; việc đi bộ đến hộp thư hay cửa hàng cũng trở nên không vững chắc. Một số người có bàn chân hình dạng như “đáy thuyền”, tức là vòm bàn chân bị phẳng và sụp xuống; các điểm chịu áp lực này có thể dẫn đến loét ở lòng bàn chân.

Bác sĩ phẫu thuật sẽ xác định tình trạng bệnh bằng cách lắng nghe các triệu chứng của bạn và khám bàn chân; sau đó đối chiếu những gì bạn cảm nhận với kết quả khám. Nếu mô tả của bạn và kết quả khám không khớp nhau, các phương pháp chẩn đoán hình ảnh như chụp CT hoặc MRI sẽ giúp xác định nguyên nhân. Các xương ở bàn chân bị ảnh hưởng cũng có thể trở nên mỏng hơn, làm tăng nguy cơ gãy xương nhỏ ngay tại khớp.

Nếu bạn mắc bệnh đái tháo đường và nhận thấy bàn chân nóng, sưng mà hầu như không đau, bạn nên đi khám ngay. Việc chẩn đoán sớm sẽ giúp bàn chân của bạn có cơ hội duy trì ổn định tốt nhất.

## Điều gì đang thực sự xảy ra

---

Bệnh khớp thần kinh Charcot xảy ra khi một khớp mất đi cơ chế bảo vệ do cảm giác mang lại. Những khớp khỏe mạnh sẽ gửi tín hiệu cảnh báo khi bị quá tải; nhờ đó người bệnh biết nghỉ ngơi, thay giày hoặc tránh đặt trọng lượng lên vùng đau. Khi những tín hiệu này không còn, khớp vẫn tiếp tục chịu áp lực. Các chấn thương nhỏ tích tụ dần, khiến xương bị phá hủy và thay đổi hình dạng.

Có hai cơ chế đường như đang diễn ra bên trong khớp: thứ nhất là hiện tượng mài mòn mà không có hệ thống cảnh báo thông thường; do không cảm nhận được sức căng, người bệnh vẫn tiếp tục vận động trên khớp mà người có cảm giác bình thường sẽ nghỉ ngơi. Thứ hai là sự thay đổi lưu lượng máu trong xương, khiến xương yếu đi từ bên trong. Ở bàn chân Charcot đang trong giai đoạn hoạt động, các tế bào phá hủy xương cũ hoạt động mạnh hơn trong khi các tế bào tạo xương mới không theo kịp; kết quả là xương trở nên mỏng và yếu hơn, đó là lý do có thể xảy ra các vết gãy nhỏ ngay tại khớp.

Các khớp thường bị ảnh hưởng nhất là ở giữa bàn chân và mắt cá chân – nơi các xương và dây chằng giữ cho cấu trúc bàn chân ổn định. Dây chằng là những sợi mô chắc chắn nối các xương lại với nhau, giúp khớp giữ đúng vị trí khi di chuyển. Khi xương mềm đi và dây chằng bị giãn ra, cấu trúc này dần mất vững. Vòm bàn chân có thể bị phẳng và biến dạng thành hình dạng “đáy thuyền” như đã mô tả trước đó; các khớp cũng có thể bị lệch khỏi vị trí bình thường. Vì hầu như không có cơn đau nào để cảnh báo, tổn thương có thể tích tụ âm thầm cho đến khi bàn chân thay đổi hình dạng hoặc da bị tổn thương.

Hiện vẫn chưa ai hiểu rõ nguyên nhân chính xác gây ra tình trạng này; nhiều khả năng có nhiều cơ chế cùng tác động. Điều quan trọng đối với bạn là: một khớp không thể cảm nhận được tổn thương thì cũng không thể tự bảo vệ mình; vì vậy tình trạng sưng, nóng và thay đổi hình dạng mà bạn nhận thấy chính là dấu hiệu cho thấy khớp đã âm thầm bị quá tải.

## Những biện pháp chúng tôi có thể áp dụng

---

Bước đầu tiên là giảm tải trọng lên các khớp bị ảnh hưởng để chúng không còn bị quá tải. Chúng tôi có thể đề xuất thay đổi thói quen vận động, cũng như sử dụng các dụng cụ chỉnh hình – những thiết bị được đặt bên trong hoặc trên giày nhằm hỗ trợ và bảo vệ bàn chân. Các dụng cụ chỉnh hình có thể mang lại hiệu quả rõ rệt đối với chức năng vận động hàng ngày của bàn chân. Vật lý trị liệu nhằm giúp bạn vẫn có thể vận động an toàn trong khi bảo vệ các khớp đã mất đi tín hiệu cảnh báo. Chúng tôi sẽ cho phương pháp này cơ hội phát huy tác dụng trước khi bàn đến các giải pháp khác.

Thuốc giảm đau và thuốc chống viêm có thể giúp giảm bớt cơn khó chịu trong ngắn hạn. Chúng tôi sử dụng các loại thuốc này song song với các biện pháp nêu trên, chứ không thay thế chúng.

Nếu những biện pháp này vẫn chưa mang lại cải thiện đáng kể, chúng tôi có thể thảo luận về phương án phẫu thuật. Phương pháp chính là cố định khớp (arthrodesis), tức là nối các xương bị tổn thương lại với nhau để bàn chân hoặc mắt cá chân trở nên ổn định và giữ nguyên hình dạng khi chịu tải trọng. Một bàn chân ổn định,

tiếp xúc phẳng với mặt đất sẽ giảm đáng kể nguy cơ tái phát các vết loét và nhiễm trùng ở lòng bàn chân. Trong một số trường hợp, chúng tôi đặt một thanh kim loại xuyên qua mắt cá chân xuống gót chân nhằm giữ các xương ở đúng vị trí cho đến khi chúng liền lại. Khi cần hỗ trợ thêm, chúng tôi có thể ghép xương – lấy xương từ chính cơ thể bạn để giúp các xương liền lại với nhau. Phẫu thuật là một quyết định chung giữa bạn và chúng tôi; chúng tôi sẽ trao đổi kỹ lưỡng xem phương pháp này có phù hợp với bàn chân và mục tiêu điều trị của bạn hay không.

## Những điều có thể mong đợi

---

Bệnh khớp thần kinh Charcot là một tình trạng lâu dài. Tình trạng sưng và nóng ở bàn chân trong giai đoạn hoạt động thường giảm dần trong vài tuần đến vài tháng, đặc biệt là khi người bệnh ngừng chịu trọng lượng lên khớp. Tuy nhiên, những thay đổi về hình dạng bàn chân thường vẫn còn lại. Nếu không được điều trị, khớp sẽ tiếp tục chịu tải mà người bệnh không cảm nhận được; tình trạng tổn thương dần tích tụ cho đến khi bàn chân trở nên mất ổn định hoặc da bị loét.

Với việc chăm sóc được quản lý tốt, nhiều bàn chân vẫn giữ được độ ổn định và khả năng vận động. Việc sử dụng dụng cụ chỉnh hình và các biện pháp không phẫu thuật khác có thể cải thiện đáng kể chức năng bàn chân trong sinh hoạt hàng ngày. Khi cần thiết phải phẫu thuật, việc nối các xương bị ảnh hưởng lại với nhau giúp bàn chân ổn định trong hầu hết các trường hợp, với tỷ lệ liền xương thành công ở hơn 80% các ca tái tạo vùng hậu bàn chân. Nhìn chung, phẫu thuật chỉnh sửa dị dạng nặng nề giúp đạt được độ ổn định ở 93% bệnh nhân. Hầu hết những người trải qua phẫu thuật này đều cho biết cơn đau được giảm tốt hơn, chức năng được cải thiện và họ hài lòng với kết quả trong nhiều năm sau đó.

Cần thẳng thắn thừa nhận rằng phẫu thuật trên bàn chân mất cảm giác là một thách thức lớn. Các xương đôi khi không thể nối lại được; nguy cơ nhiễm trùng hoặc biến chứng vết thương cũng có thể xảy ra, đặc biệt ở những người mắc bệnh đái tháo đường, tuần hoàn máu đến da kém hoặc những người hút thuốc. Việc lựa chọn bệnh nhân kỹ lưỡng là rất quan trọng; phẫu thuật thường chỉ được xem là phương án cứu chữa cho những bàn chân không đáp ứng với các biện pháp điều trị khác. Trong một số ít trường hợp, việc giữ lại chi là không thể và bác sĩ sẽ thảo luận về phương án cắt cụt.

Những gì bạn có thể mong đợi một cách thực tế là: với việc chẩn đoán sớm, bảo vệ bàn chân khỏi quá tải và cách tiếp cận theo nhóm, hầu hết các bàn chân đều có thể giữ được độ ổn định và thoải mái khi vận động. Việc phát hiện bệnh càng sớm thì hình dạng và chức năng bàn chân càng được bảo tồn tốt hơn.

## Khi nào nên đi khám bác sĩ

---

Với bệnh khớp thần kinh Charcot, các dấu hiệu cảnh báo không giống như những dấu hiệu thông thường. Một bàn chân nóng, sưng, đỏ nhưng ít hoặc không có cảm giác đau mới là dấu hiệu quan trọng cần được kiểm tra sớm, thay vì chờ xem tình trạng có tự khỏi hay không. Điều này càng đặc biệt quan trọng nếu bạn

mắc bệnh đái tháo đường, vì bàn chân đã mất cảm giác không thể cảnh báo bạn về tổn thương như lẽ ra nó phải làm. Hãy nhờ bác sĩ chuyên khoa thăm khám nếu vết loét ở bàn chân không lành, hình dạng bàn chân thay đổi, hoặc nếu bạn thấy tê hoặc cảm giác kim châm mới xuất hiện ở bàn chân. Hãy đến phòng cấp cứu ngay nếu bàn chân đột nhiên đau dữ dội, sưng nhiều, hoặc da bị trợt loét kèm theo vùng đỏ lan rộng, vì những triệu chứng này có thể là dấu hiệu của một vấn đề cần được chăm sóc ngay trong ngày.