

Viêm bao hoạt dịch khuỷu tay

Viêm bao hoạt dịch mỏm khuỷu: túi đệm chứa dịch (bao hoạt dịch) nằm trên mỏm xương của khuỷu tay sưng lên, tạo thành khối u đặc trưng giống như 'trứng ngỗng' như hình ảnh này.

Kieran Hirpara © 2024 4.0



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

Những triệu chứng bạn có thể gặp

Bạn có thể nhận thấy một khối u rõ ràng ở đầu khuỷu tay. Sự sưng này xuất phát từ bao hoạt dịch, một túi nhỏ chứa dịch giúp giảm xóc cho xương. Trong nhiều trường hợp, khối u này không gây đau. Tuy nhiên, bạn có thể cảm thấy đau khi ấn vào vùng này hoặc tỳ khuỷu tay vào các bề mặt cứng.

Nếu tình trạng sưng do nhiễm trùng, bạn có thể cảm thấy đau nhiều hơn. Vùng da có thể trở nên đỏ, nóng khi chạm vào và sưng. Bạn cũng có thể bị sốt. Những dấu hiệu này cho thấy cơ thể bạn đang chống lại vi khuẩn. Nếu tình trạng sưng này kéo dài mà không thuyên giảm, nguyên nhân có thể do một loại vi khuẩn ít phổ biến hơn. Điều này có thể xảy ra ngay cả khi hệ miễn dịch của bạn khỏe mạnh.

Bạn có thể gặp khó khăn trong các hoạt động hàng ngày. Việc vớ tay ra sau lưng để cài áo ngực hoặc nhét áo vào quần có thể gây khó chịu. Việc gập khuỷu tay hoàn toàn cũng có thể bị hạn chế hoặc gây đau. Ngủ nghiêng về phía có vùng sưng có thể chèn ép vào bao hoạt dịch và làm gián đoạn giấc ngủ của bạn.

Trong những trường hợp hiếm, bạn có thể trải qua tình trạng đau mà không có khối u lớn nhìn thấy rõ. Điều này có thể do một tình trạng khiến mô xương mất nguồn cung cấp máu. Tình trạng này ít gặp ở người lớn nhưng có thể gây khó chịu đáng kể.

Nếu bạn bị sưng tái phát, việc xác định nguyên nhân là rất quan trọng. Đôi khi, lớp da bao phủ khuỷu tay có thể bị tổn thương, tạo thành một vết loét trông giống như nhiễm trùng. Điều này đòi hỏi phải được đánh giá cẩn thận để phân biệt với viêm bao hoạt dịch thông thường.

Chúng tôi hiểu rằng việc đối phó với tình trạng sưng khuỷu tay có thể gây khó chịu. Phương pháp tiếp cận của chúng tôi tập trung vào việc tìm hiểu các triệu chứng cụ thể của bạn để hướng dẫn điều trị phù hợp. Dù

nguyên nhân là do hao mòn đơn giản hay nhiễm trùng dai dẳng, chúng tôi đều nhằm mục đích giảm đau và khôi phục khả năng vận động cho bạn.

Những gì thực sự đang xảy ra

Cùi chỏ của bạn có một túi nhỏ chứa dịch gọi là bao hoạt dịch cùi chỏ. Túi này nằm ngay trên đầu của xương cánh tay. Hãy tưởng tượng nó như một quả bóng nước nhỏ hoặc một miếng đệm. Nhiệm vụ của nó là giúp da của bạn trượt mượt mà trên xương khi bạn gập khuỷu tay.

Khi túi này bị kích thích, nó sẽ tích tụ quá nhiều dịch. Điều này gây ra tình trạng sưng mà bạn nhìn thấy và cảm nhận được. Đây không phải là viêm khớp bên trong khớp. Đây là vấn đề với lớp đệm ở bên ngoài. Sự tích tụ dịch tạo ra áp lực. Áp lực này khiến vùng đó cảm thấy căng, ấm hoặc đau khi chạm vào.

Đôi khi, vi khuẩn xâm nhập vào không gian này. Điều này gây ra một nhiễm trùng được gọi là viêm bao hoạt dịch nhiễm khuẩn. Cơ thể phản ứng bằng cách sản xuất nhiều dịch hơn để chống lại vi khuẩn. Điều này dẫn đến tình trạng đỏ và nóng rõ rệt. Trong các trường hợp khác, không có nhiễm trùng. Điều này được gọi là viêm bao hoạt dịch không nhiễm khuẩn. Nó thường xuất phát từ việc khuỷu tay của bạn thường xuyên tựa vào bề mặt hoặc bị va đập trực tiếp.

Trong một số trường hợp mạn tính, mô xung quanh bao hoạt dịch thay đổi. Bạn có thể cảm thấy một dải mô cứng dưới da. Đây là mô sẹo đang hình thành khi cơ thể cố gắng làm lành vùng tổn thương. Những dải mô này có thể khiến tình trạng sưng cảm thấy cứng hơn và kém linh hoạt hơn.

Nếu tình trạng sưng không thuyên giảm, nó có thể trở nên tái phát. Dịch liên tục tích tụ lại. Đó là lý do tại sao chúng tôi xem xét các phương pháp quản lý khác nhau. Một số người tìm thấy sự giảm nhẹ với việc nghỉ ngơi và băng ép. Những người khác cần điều trị tích cực hơn.

Chúng tôi cung cấp các lựa chọn như hút dịch hoặc sử dụng nội soi để làm sạch mô bị kích thích. Cạo rửa nội soi là một thủ thuật đơn giản, xâm lấn tối thiểu. Nó giúp loại bỏ mô viêm gây ra vấn đề. Đối với một số người, phương pháp này mang lại quá trình hồi phục nhanh chóng và ít đau đớn.

Việc lựa chọn đúng hướng đi cho trường hợp cụ thể của bạn là rất quan trọng. Các nhiễm trùng đơn giản thường tự khỏi chỉ với kháng sinh. Bạn có thể không cần phẫu thuật. Tuy nhiên, nếu bao hoạt dịch liên tục tích tụ lại dịch, chúng tôi có thể đề xuất loại bỏ hoàn toàn nó. Điều này được gọi là cắt bao hoạt dịch.

Hiểu rõ những gì đang xảy ra giúp bạn đưa ra những lựa chọn sáng suốt. Nó không chỉ đơn thuần là loại bỏ dịch. Nó là về việc sửa chữa nguyên nhân gốc rễ của sự kích thích. Điều này đảm bảo sự thoải mái và chức năng lâu dài cho khuỷu tay của bạn.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Phương pháp tiếp cận của chúng tôi tại phòng khám phản ánh cách Dr Kieran Hirpara, một bác sĩ phẫu thuật chi trên tại Bệnh viện Tư nhân Mater Rockhampton, quản lý tình trạng này. Bệnh nhân đến phòng khám của chúng tôi thông qua giới thiệu từ bác sĩ đa khoa (GP) hoặc nhà vật lý trị liệu. Chúng tôi bắt đầu bằng một đánh giá toàn diện, bao gồm khai thác tiền sử bệnh, khám thực thể và chụp chiếu nếu cần thiết, để xác nhận chẩn đoán. Đối với hầu hết các trường hợp, chúng tôi bắt đầu với điều trị không phẫu thuật. Điều này bao gồm thay đổi các hoạt động hàng ngày của bạn để tránh gây áp lực lên khuỷu tay, sử dụng nẹp để hỗ trợ và tham gia vật lý trị liệu hoặc trị liệu tay để khôi phục tầm vận động. Chúng tôi cũng xem xét tiêm thuốc để giảm viêm. Chúng tôi thường chỉ định phẫu thuật khi các biện pháp bảo tồn này không mang lại đủ sự cải thiện, hoặc nếu bạn có một vấn đề cấu trúc cấp tính cần được xử lý ngay lập tức.

Nếu tình trạng sưng do nhiễm trùng (viêm bao hoạt dịch nhiễm khuẩn), chúng tôi thường quản lý bằng kinh nghiệm mà không dẫn lưu dịch trước. Bằng chứng cho thấy phương pháp này có hiệu quả và không có bệnh nhân nào trong các nhóm nghiên cứu cần phẫu thuật. Nếu tình trạng sưng không do nhiễm trùng (viêm bao hoạt dịch không nhiễm khuẩn), chúng tôi có thể sử dụng tiêm thuốc. Tài liệu gần đây cho thấy rằng tiêm trong bao hoạt dịch và phẫu thuật có thể có nhiều tác dụng phụ hơn so với quản lý không xâm lấn trong điều trị ban đầu cho các trường hợp không nhiễm khuẩn. Tuy nhiên, đối với các trường hợp tái phát không đáp ứng với chăm sóc cơ bản, chúng tôi có thể cung cấp liệu pháp xơ hóa bằng doxycycline hoặc đốt nhiệt bằng nhiệt độ từ 50°C đến 52°C. Các lựa chọn ít xâm lấn này an toàn và có ít biến chứng hơn so với phẫu thuật mở. Đối với đau, chúng tôi có thể khuyên dùng thuốc chống viêm. Thời gian giảm đau thay đổi tùy theo từng cá nhân và phương pháp điều trị cụ thể, vì vậy chúng tôi sẽ thảo luận về mốc thời gian dự kiến với bạn trong buổi tư vấn.

Phẫu thuật được xem xét khi điều trị bảo tồn đã đạt đến giới hạn hoặc nếu viêm bao hoạt dịch liên tục tái phát. Chúng tôi có thể thực hiện cắt bao hoạt dịch nội soi, bao gồm việc loại bỏ bao hoạt dịch bị viêm thông qua các vết rạch nhỏ. Phương pháp này mang tính xâm lấn tối thiểu, giảm đau sau phẫu thuật và thời gian hồi phục nhanh chóng. Trong các quần thể nghiên cứu, thủ thuật này không gây ra tái phát hoặc biến chứng lành vết thương nào đòi hỏi phải quay lại phòng mổ. Tỷ lệ phẫu thuật chỉnh hình sau cắt bao hoạt dịch cho viêm bao hoạt dịch mòm khuỷu là 11,5%. Trong một số trường hợp, chúng tôi có thể sửa chữa bao hoạt dịch bằng chỉ khâu thay vì loại bỏ nó, điều này có thể mang lại cả lợi ích về chức năng và thẩm mỹ. Chúng tôi cũng xem xét phẫu thuật nếu có gai kéo trên xương hoặc nếu xác định các nhiễm trùng bất thường như bệnh do vi khuẩn lao. Chúng tôi xem xét tất cả các lựa chọn với bạn để đảm bảo kế hoạch phù hợp với nhu cầu và lối sống của bạn.

Những điều cần biết

Tiền lượng của bạn phụ thuộc phần lớn vào loại viêm bao hoạt dịch mà bạn mắc phải. Trong hầu hết các trường hợp viêm bao hoạt dịch không do nhiễm trùng, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể khuyến nghị quản lý không xâm lấn trước tiên. Các bằng chứng gần đây cho thấy rằng việc tiêm hoặc phẫu thuật để điều trị ban

đầu đôi khi có thể gây ra nhiều tác dụng phụ hơn so với chăm sóc bảo tồn. Nếu tình trạng của bạn không biến chứng và là viêm bao hoạt dịch do nhiễm trùng, việc điều trị kinh nghiệm mà không cần chọc hút thường có hiệu quả. Trong những trường hợp này, không có bệnh nhân nào cần phẫu thuật thêm.

Nếu bạn bị viêm bao hoạt dịch tái phát hoặc mạn tính, các triệu chứng có thể dai dẳng hoặc quay trở lại. Bạn có thể cần các thủ thuật bổ sung nếu chăm sóc bảo tồn thất bại. Ví dụ, trong một nhóm bệnh nhân đã được chọc hút truyền thống, 8 trong số 11 người đã phải cắt bao hoạt dịch. Cắt bao hoạt dịch là việc phẫu thuật loại bỏ bao hoạt dịch bị viêm. Tỷ lệ tái phẫu thuật sau ca phẫu thuật này là 11,5%. Điều này có nghĩa là khoảng một trong chín bệnh nhân có thể cần một thủ thuật khác.

Quá trình hồi phục cảm thấy khác nhau tùy thuộc vào lộ trình điều trị. Cắt bao hoạt dịch nội soi mang lại một ca phẫu thuật đơn giản với mức độ xâm lấn tối thiểu. Bệnh nhân báo cáo mức độ hài lòng cao và không có tái phát hoặc biến chứng lành vết thương nào đòi hỏi phải quay trở lại phòng mổ. Ablation nhiệt thủy là một lựa chọn an toàn khác cho các trường hợp tái phát. Nó sử dụng nhiệt độ từ 50°C đến 52°C. Phương pháp này có ít biến chứng hơn so với cắt bao hoạt dịch mở và hiệu quả tương đương.

Một số yếu tố ảnh hưởng đến sự hài lòng của bạn. Bệnh nhân có dây chằng khuỷu tay (olecranon cords) ít hài lòng hơn sau khi cắt bỏ phẫu thuật so với những người không có dây chằng này. Dây chằng khuỷu tay là các dải mô sẹo. Nếu bạn có những dây chằng này, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ thảo luận về rủi ro này với bạn.

Trong các trường hợp hiếm, viêm bao hoạt dịch có thể do các nhiễm trùng bất thường như vi khuẩn lao không lao (nontuberculous mycobacteria) hoặc prototheca gây ra. Những tình trạng này thường có diễn biến kéo dài. Nếu tình trạng sưng của bạn không thuyên giảm, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét các nguyên nhân này. Việc phân biệt giữa viêm bao hoạt dịch do nhiễm trùng và không do nhiễm trùng có thể khó khăn do các triệu chứng chồng chéo.

Nhìn chung, nhiều bệnh nhân có kết quả tốt với việc quản lý cẩn thận. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ điều chỉnh kế hoạch cho tình trạng cụ thể của bạn. Hãy trung thực về các triệu chứng của bạn để chúng tôi có thể chọn con đường an toàn nhất cho bạn.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu bạn có khuỷu tay sưng mà không cải thiện khi nghỉ ngơi. Hãy tìm kiếm chăm sóc y tế khẩn cấp nếu bạn nhận thấy có đỏ, nóng hoặc sốt, vì những dấu hiệu này có thể báo hiệu nhiễm trùng. Có thể khó phân biệt giữa tình trạng sưng do nhiễm trùng và không nhiễm trùng. Hãy yêu cầu đánh giá bởi bác sĩ chuyên khoa nếu cơn đau kéo dài trong nhiều tuần. Tình trạng sưng tái phát cần được xét nghiệm để loại trừ các nguyên nhân bất thường. Đừng bỏ qua tình trạng xấu đi đột ngột, suy yếu hoặc khóa khớp. Những triệu chứng này có thể cho thấy các vấn đề sâu hơn như thay đổi xương. Đánh giá sớm giúp tránh các biến chứng từ các phương pháp điều trị xâm lấn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ hướng dẫn bạn lựa chọn phương án an toàn và ít xâm lấn nhất trước tiên.