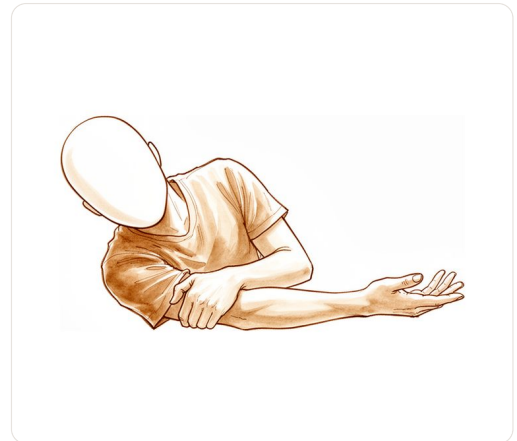


Gãy đầu xương quay

X-quang cho thấy gãy đầu xương quay — một chấn thương phổ biến sau khi ngã với cánh tay duỗi thẳng.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



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

Những gì bạn đang cảm thấy

Bạn có thể sẽ cảm thấy đau nhói ở phần ngoài của khuỷu tay. Đây là vị trí của đầu xương quay. Cơn đau thường lan xuống cẳng tay hoặc lên phía vai. Bạn cũng có thể nhận thấy sưng và bầm tím xung quanh khớp. Những dấu hiệu này thường xuất hiện sau khi ngã hoặc bị tác động trực tiếp.

Mỗi khi bạn gặp hoặc duỗi cánh tay, cơn đau có thể bùng phát. Các chuyển động xoay thường là khó khăn nhất. Xoay tay nắm cửa, sử dụng tua vít hoặc nâng túi đồ tạp hóa có thể kích hoạt cơn đau tăng đột biến. Bạn có thể thấy khó xoay lòng bàn tay lên hoặc xuống. Những nhiệm vụ đơn giản như cài áo sơ mi hoặc vớ tay ra sau lưng để cài dây áo ngực trở nên khó khăn. Bạn có thể vô thức giữ cánh tay sát vào cơ thể để bảo vệ nó.

Nghỉ ngơi cánh tay trên một chiếc gối thường giúp giảm áp lực lên khớp. Tuy nhiên, giữ khuỷu tay hoàn toàn bất động trong quá lâu có thể khiến nó cảm thấy cứng và căng. Bạn có thể thức dậy vào ban đêm vì cơn đau đập thình thịch hoặc vì không thể tìm được tư thế thoải mái. Ngủ nghiêng về phía bên bị thương thường không thể thực hiện được. Ngay cả khi nằm ngửa, bạn cũng có thể bị đau nếu cánh tay rơi xuống hai bên.

Mức độ nghiêm trọng của các triệu chứng phụ thuộc vào mức độ di chuyển của xương. Nếu vết gãy ổn định, bạn có thể chỉ cần dùng thuốc giảm đau và vận động nhẹ nhàng. Nếu các mảnh xương bị lệch, cơn đau sẽ dữ dội và liên tục hơn. Bạn có thể cảm thấy có tiếng kêu lách cách hoặc ma sát khi di chuyển khuỷu tay. Điều này xảy ra do các mảnh xương gãy cọ xát vào nhau.

Điều quan trọng là để bác sĩ phẫu thuật đánh giá mức độ tổn thương. Họ sẽ xác định xem vết gãy là đơn giản hay phức tạp. Điều này giúp chúng tôi quyết định xem bạn có cần phẫu thuật hay liệu điều trị bảo tồn là đủ. Đừng cố gắng chịu đựng cơn đau. Hãy lắng nghe cơ thể bạn và tránh các hoạt động gây ra cảm giác đau nhói.

Chăm sóc sớm giúp ngăn ngừa cứng khớp lâu dài và đảm bảo khuỷu tay của bạn lành lại trong tư thế tốt nhất có thể.

Những gì thực sự đang xảy ra

Khuỷu tay của bạn là một khớp bản lề phức tạp, được tạo thành từ ba xương gặp nhau tại một khớp. Đầu xương quay là phần đầu tròn của xương cẳng tay, đóng vai trò như một bộ giảm xóc và một chốt ổn định cho bên khuỷu tay của bạn. Khi bạn ngã và chông tay xuống, xương nhỏ này thường chịu phần lớn lực tác động.

Trong trường hợp gãy xương có dịch chuyển, xương bị nứt và lệch khỏi vị trí ban đầu. Điều này làm gián đoạn bề mặt trơn tru cho phép cánh tay của bạn xoay. Bạn có thể cảm thấy đau ở bên ngoài khuỷu tay do sự căn chỉnh tự nhiên của khớp bị phá vỡ. Các mô xung quanh, bao gồm cả các dây chằng đóng vai trò như những sợi dây giữ cho khớp được cố định, cũng có thể bị rách. Sự kết hợp giữa xương gãy và dây chằng lỏng lẻo dẫn đến tình trạng mất ổn định, khiến khuỷu tay của bạn cảm thấy yếu hoặc như thể sẽ bị sập xuống.

Nếu xương vỡ thành nhiều mảnh, bác sĩ phẫu thuật sẽ phải quyết định sửa chữa hoặc thay thế nó. Một khớp thay đầu xương quay bằng kim loại có thể khôi phục chức năng giảm xóc khi xương bị hư hỏng quá nặng để sửa chữa. Việc thay thế này mang lại kết quả đáng tin cậy cho các trường hợp gãy xương phức tạp. Trong một số trường hợp, việc loại bỏ sớm mảnh xương gãy cho phép 96% bệnh nhân đạt được chức năng thỏa đáng về lâu dài, mặc dù các thay đổi do hao mòn có thể xuất hiện trên phim X-quang sau này.

Mức độ nghiêm trọng của chấn thương phụ thuộc vào số lượng cấu trúc liên quan. Các trường hợp gãy xương đơn giản thường lành tốt với việc nghỉ ngơi. Các chấn thương phức tạp hơn, nơi nhiều xương và dây chằng bị tổn thương, đòi hỏi kế hoạch cẩn thận để khôi phục sự ổn định. Hiểu rõ các mô hình này giúp bác sĩ phẫu thuật lựa chọn phương pháp tiếp cận phù hợp để giúp khuỷu tay của bạn vận động trở lại một cách an toàn.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Phương pháp tiếp cận của bạn phụ thuộc vào mức độ nghiêm trọng của chấn thương. Bác sĩ Kieran Hirpara, một bác sĩ phẫu thuật chi trên tại Bệnh viện Tư nhân Mater Rockhampton, sẽ hướng dẫn bệnh nhân của chúng tôi đưa ra quyết định dựa trên kiểu gãy xương cụ thể của bạn. Hầu hết các chấn thương bắt đầu bằng một giai đoạn nghỉ ngơi và vận động nhẹ nhàng. Chúng tôi nhằm mục đích giảm sưng và duy trì tính linh hoạt của khuỷu tay mà không gây ép buộc. Giai đoạn tự chăm sóc này thường kéo dài trong vài tuần. Vật lý trị liệu giúp bạn khôi phục sức mạnh và sự phối hợp khi xương bắt đầu lành. Đối với nhiều bệnh nhân có gãy xương ổn định, ít lệch, thì con đường không phẫu thuật này là đủ.

Nếu cơn đau vẫn tiếp diễn, chúng tôi có thể thảo luận về các biện pháp quản lý bằng thuốc để giúp bạn đối phó trong khi chấn thương dần ổn định. Các loại thuốc giảm đau hoặc kháng viêm không kê đơn có thể kiểm soát sự khó chịu trong ngắn hạn. Trong một số trường hợp, chúng tôi có thể đề xuất một mũi tiêm. Tiêm

cortisone giúp giảm viêm và có thể mang lại sự giảm đau trong vài tuần. Tiêm axit hyaluronic nhằm mục đích bôi trơn khớp, mặc dù bằng chứng về việc sử dụng chúng trong các gãy xương cấp tính còn hạn chế. Tiêm huyết tương giàu tiểu cầu (PRP) sử dụng các thành phần máu của chính bạn để hỗ trợ quá trình lành thương, nhưng kết quả có thể khác nhau. Những lựa chọn này không phải là phương pháp chữa trị; chúng là các công cụ giúp bạn tham gia vào quá trình phục hồi chức năng. Chúng tôi xem xét tiến triển của bạn thường xuyên để xem liệu các biện pháp này có đủ hay cần thực hiện thêm các bước tiếp theo.

Phẫu thuật được xem xét khi việc điều trị bảo thủ đã đạt đến giới hạn hoặc khi gãy xương quá phức tạp để có thể lành một cách an toàn. Chúng tôi khuyến nghị phẫu thuật đối với các gãy xương có lệch với nhiều hơn ba mảnh xương, hoặc nếu xương bị vỡ vụn (gãy xương vụn). Trong những trường hợp này, chúng tôi thường thay thế phần xương bị hỏng bằng một implant kim loại. Thủ thuật này an toàn và hiệu quả đối với các gãy xương không thể tái tạo. Đối với bệnh nhân có mất ổn định khuỷu tay nghiêm trọng (chấn thương bộ ba kinh dị), chúng tôi có thể chọn cố định xương hoặc thay thế nó, tùy thuộc vào phương án nào mang lại khớp ổn định nhất. Thay thế đầu xương quay mang lại kết quả chức năng thỏa đáng ở 96% bệnh nhân trong theo dõi dài hạn. Chúng tôi thảo luận các lựa chọn này với bạn để đảm bảo kế hoạch phù hợp với nhu cầu và mục tiêu hoạt động của bạn.

Những điều cần biết

Tiên lượng của bạn phụ thuộc phần lớn vào mức độ nghiêm trọng của vết gãy và liệu các bộ phận khác của khuỷu tay có bị tổn thương hay không. Đối với các trường hợp gãy xương đơn giản và ổn định, điều trị không phẫu thuật thường mang lại kết quả dài hạn xuất sắc. Bạn có thể mong đợi nguy cơ biến chứng thấp với phương pháp này. Ngay cả khi mảnh xương của bạn bị lệch nhẹ từ 2 đến 5 mm, phẫu thuật thường không mang lại lợi ích thêm so với nghỉ ngơi và bất động.

Nếu vết gãy của bạn phức tạp hoặc vỡ vụn, bác sĩ phẫu thuật có thể khuyến nghị thay thế đầu xương quay bằng một implant kim loại. Lựa chọn này an toàn và hiệu quả đối với các vết gãy không thể sửa chữa bằng tám hoặc vít. Hầu hết bệnh nhân có các implant này đều đạt được kết quả chức năng tốt. Dữ liệu dài hạn cho thấy 96% bệnh nhân có kết quả hài lòng sau khi loại bỏ hoặc thay thế đầu xương quay sớm. Tuy nhiên, bạn cần biết rằng các thay đổi do hao mòn thường xuất hiện trên phim X-quang sau thủ thuật này. Mặc dù có những thay đổi rõ ràng này, chức năng hàng ngày của bạn thường vẫn tốt.

Quá trình hồi phục cảm thấy khác nhau tùy thuộc vào lộ trình điều trị của bạn. Với chăm sóc bảo tồn, các triệu chứng thường giảm dần khi xương lành lại. Với phẫu thuật, bạn có thể trải qua viêm xương khớp sau chấn thương theo thời gian. Đây là một rủi ro đã biết, nhưng nó không phải lúc nào cũng ngăn cản bạn sử dụng cánh tay của mình tốt. Đối với các chấn thương nghiêm trọng liên quan đến nhiều cấu trúc khuỷu tay, việc lựa chọn giữa loại bỏ hoặc thay thế đầu xương quay có tác động tương tự đến kết quả cuối cùng của bạn.

Hầu hết các chấn thương khác được phát hiện trên phim MRI không gây triệu chứng trong ngắn hạn. Bạn có thể không cảm thấy chúng chút nào. Bác sĩ phẫu thuật sẽ tập trung vào vết gãy chính để khôi phục sự ổn định.

Trong khi một số bệnh nhân có thể cần phẫu thuật chỉnh sửa sau này, đa số tìm thấy quá trình hồi phục của họ đáng tin cậy. Chúng tôi hướng tới việc mang lại cho bạn một khuỷu tay ổn định cho phép bạn trở lại các hoạt động bình thường. Trải nghiệm của bạn sẽ được định hướng bởi bản chất cụ thể của chấn thương và mức độ đáp ứng của nó với kế hoạch đã chọn.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu bạn có cơn đau dai dẳng không cải thiện khi nghỉ ngơi, hoặc nếu bạn cảm thấy yếu và mất ổn định ở khuỷu tay. Hãy yêu cầu đánh giá bởi bác sĩ chuyên khoa nếu khuỷu tay của bạn bị khóa hoặc đột ngột mất vững, hoặc nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn. Sự gia tăng đau đột ngột cũng là lý do để tìm kiếm sự chăm sóc y tế. Chẩn đoán kịp thời rất quan trọng vì điều trị chậm trễ có thể dẫn đến kết quả kém. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ kiểm tra các dấu hiệu mất ổn định cẳng tay, điều này đòi hỏi can thiệp ban đầu phù hợp. Nhận biết sớm giúp tránh các biến chứng và hỗ trợ kết quả lâu dài tốt hơn cho khuỷu tay của bạn.