

Viêm và Viêm khớp dạng thấp

Viêm khớp dạng thấp tấn công lớp lót khớp, gây sưng, cứng và, nếu không được điều trị, dẫn đến tổn thương khớp.

Kieran Hirpara © ① ③ 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 nhận

Bạn có thể nhận thấy các khớp của mình bị cứng và đau, đặc biệt là khi vừa thức dậy vào buổi sáng. Tình trạng cứng khớp vào buổi sáng này thường khiến các hoạt động đơn giản trở nên khó khăn. Bạn có thể gặp khó khăn khi vớ tay ra sau lưng để cài áo ngực hoặc nhét áo vào trong quần. Việc vớ tay lấy đồ trên các kệ cao cũng có thể trở nên thách thức. Những chuyển động hàng ngày này có thể gây ra sự khó chịu kéo dài suốt cả ngày.

Cơn đau của bạn có thể bùng phát sau khi bạn vận động. Nghỉ ngơi có thể giúp giảm bớt sự khó chịu, nhưng việc bất động kéo dài đôi khi có thể làm tình trạng cứng khớp trở nên nghiêm trọng hơn. Bạn có thể thấy khó ngủ nghiêng nếu khớp vai hoặc khớp háng của bạn bị ảnh hưởng. Cơn đau có thể làm gián đoạn giấc ngủ, khiến bạn cảm thấy mệt mỏi và bức bối. Đây là một trải nghiệm phổ biến ở những người bị viêm khớp dạng thấp.

Điều quan trọng là cần biết rằng cơ thể bạn phản ứng với phẫu thuật khác với những người bị viêm khớp do thoái hóa. Nếu bạn phẫu thuật thay khớp, chẳng hạn như khớp khuỷu tay, khớp gối hoặc khớp vai, bạn sẽ đối mặt với nguy cơ biến chứng cao hơn. Điều này bao gồm cả các vấn đề y tế và các vấn đề liên quan đến phẫu thuật. Bạn cũng có nhiều khả năng cần phẫu thuật sửa đổi (revision surgery) hơn trong tương lai so với những bệnh nhân không mắc các bệnh lý viêm.

Mặc dù có những rủi ro này, nhiều bệnh nhân vẫn nhận thấy những lợi ích đáng kể. Sau khi phẫu thuật thay khớp háng toàn phần, bạn có thể mong đợi tình trạng đau giảm bớt và chức năng được cải thiện tương tự như những bệnh nhân khác. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể thảo luận về các lựa chọn như kỹ thuật hỗ trợ robot đối với khớp gối của bạn để giúp lựa chọn phương pháp phẫu thuật tốt nhất. Đối với khớp cổ chân, bạn

có thể trải nghiệm sự cải thiện về chức năng so với điểm xuất phát ban đầu, ngay cả khi kết quả không mạnh mẽ như đối với các loại viêm khớp khác.

Nếu bạn cũng bị loãng xương, sức khỏe xương của bạn là ưu tiên hàng đầu. Đội ngũ chăm sóc sức khỏe của bạn có thể khuyến nghị các phương pháp điều trị như denosumab để duy trì sức mạnh của xương và ngăn ngừa tổn thương khớp thêm. Việc hiểu rõ những rủi ro và lợi ích này giúp bạn chuẩn bị cho hành trình sắp tới. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ điều chỉnh kế hoạch chăm sóc phù hợp với nhu cầu cụ thể và hồ sơ sức khỏe của bạn.

Những gì thực sự đang xảy ra

Viêm khớp dạng thấp là một bệnh tự miễn. Hệ thống miễn dịch của bạn tấn công nhầm vào lớp lót của các khớp. Lớp lót này được gọi là hoạt dịch. Hãy tưởng tượng nó như một lớp áo lót giúp đệm và bôi trơn khớp của bạn. Khi lớp áo lót này bị viêm, nó sẽ sưng lên và dày lên. Quá trình này làm hỏng lớp phủ trơn tru ở đầu xương, được gọi là sụn. Sụn đóng vai trò như một bộ giảm xóc. Không có sụn, xương của bạn sẽ cọ xát vào nhau. Điều này gây ra đau đớn, cứng khớp và sưng nề.

Viêm nhiễm này không chỉ giới hạn ở một vị trí. Nó thường ảnh hưởng đến nhiều khớp cùng lúc. Sự kích thích liên tục làm suy yếu các cấu trúc xung quanh khớp. Các gân, đóng vai trò như những sợi dây thừng chắc chắn, có thể bị giãn hoặc rách. Các dây chằng, có nhiệm vụ giữ các xương lại với nhau, có thể trở nên lỏng lẻo. Điều này dẫn đến mất ổn định và biến dạng khớp theo thời gian. Vì bệnh có tính toàn thân, nó ảnh hưởng đến toàn bộ cơ thể bạn. Đó là lý do tại sao bạn có thể cảm thấy mệt mỏi hoặc khó chịu ngay cả khi các khớp của bạn không đau nhức.

Sự hư hỏng do viêm nhiễm này làm thay đổi cách các khớp của bạn hoạt động. Trong một số trường hợp, như với bệnh loãng xương, bản thân các xương trở nên yếu hơn và giòn hơn. Điều này khiến chúng dễ bị gãy hơn. Khi cần phẫu thuật, chẳng hạn như thay khớp, bác sĩ phẫu thuật của bạn phải tính đến tình trạng mô suy yếu này. Môi trường viêm nhiễm có thể làm tăng nguy cơ biến chứng sau phẫu thuật. Ví dụ, bệnh nhân mắc viêm khớp dạng thấp có thể đối mặt với nguy cơ cao hơn về các vấn đề y tế hoặc nhiễm trùng so với những người mắc viêm khớp do hao mòn.

Mặc dù có những thách thức này, phẫu thuật vẫn có thể rất hiệu quả. Nhiều bệnh nhân trải qua giảm đau đáng kể và cải thiện chức năng. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ điều chỉnh thủ thuật dựa trên mức độ tổn thương khớp cụ thể của bạn. Họ sẽ xem xét sức khỏe của xương và mô mềm. Mục tiêu là khôi phục khả năng vận động và giảm đau. Mặc dù rủi ro cao hơn so với trường hợp hao mòn đơn thuần, kết quả có thể rất tốt. Bạn có thể mong đợi giảm đau và cải thiện chức năng hàng ngày sau các thủ thuật như thay khớp háng hoặc khớp gối. Chìa khóa là kiểm soát tình trạng viêm tiềm ẩn để bảo vệ khớp mới của bạn và sức khỏe tổng thể.

Những điều cần biết

Tiên lượng của bạn phụ thuộc rất nhiều vào khớp nào bị ảnh hưởng và loại viêm khớp mà bạn mắc phải. Viêm khớp dạng thấp là một bệnh toàn thân có thể khiến quá trình hồi phục phức tạp hơn so với viêm khớp do hao mòn. Trong nhiều trường hợp, phẫu thuật thay khớp mang lại sự giảm đau đáng kể. Bạn có thể mong đợi giảm đau và cải thiện chức năng sau các thủ thuật như thay khớp háng hoặc khớp gối. Những kết quả này thường tương tự như những gì quan sát được ở bệnh nhân mắc viêm khớp không viêm.

Tuy nhiên, cơ thể bạn có thể phản ứng khác biệt so với người mắc bệnh thoái hóa khớp đơn thuần. Ví dụ, phẫu thuật vai ở bệnh nhân viêm khớp dạng viêm mang lại nguy cơ cao hơn về cả biến chứng y khoa và phẫu thuật. Bạn cũng có nguy cơ cao hơn cần phẫu thuật chỉnh sửa (revision) so với những người có vấn đề hao mòn ban đầu. Tương tự, thay khớp mắt cá chân có thể dẫn đến điểm số báo cáo từ bệnh nhân thấp hơn so với các loại viêm khớp khác, mặc dù bạn vẫn sẽ trải qua sự cải thiện chức năng so với điểm xuất phát ban đầu.

Nếu bạn mắc bệnh loãng xương kèm theo viêm khớp dạng thấp, việc duy trì sức khỏe xương là cực kỳ quan trọng. Các phương pháp điều trị như denosumab có thể giúp ngăn ngừa tổn thương khớp thêm và hỗ trợ xương của bạn. Nếu không được quản lý đúng cách, nguy cơ biến chứng sẽ tăng lên. Viêm khớp dạng viêm có hồ sơ nguy cơ cao hơn rõ rệt đối với các vấn đề y khoa sau phẫu thuật so với bệnh thoái hóa khớp.

Điều quan trọng là phải thành thật về những rủi ro này. Mặc dù nhiều bệnh nhân đạt được kết quả tốt, bạn nên chuẩn bị tinh thần cho một lộ trình hồi phục thận trọng hơn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ cá nhân hóa việc chăm sóc để giải quyết những rủi ro cụ thể này. Mục tiêu là kiểm soát bệnh hiệu quả để bạn có thể khôi phục khả năng vận động và giảm đau, ngay cả khi lộ trình này có phần khó khăn hơn so với những người khác.