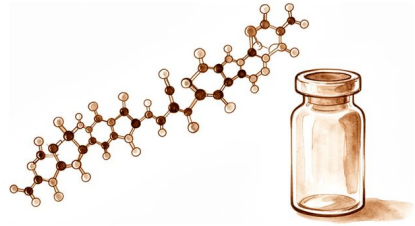


Liệu pháp Peptide trong Y học Cơ xương khớp

Các liệu pháp peptide được quảng cáo rộng rãi cho mục đích chữa lành và phục hồi; bằng chứng cho việc sử dụng trong hệ cơ xương khớp còn hạn chế.

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 đang gặp phải tình trạng đau và cứng ở các mô mềm. Sự khó chịu này có thể cảm thấy sâu trong cơ hoặc dọc theo các gân. Tình trạng này thường bùng phát sau khi bạn vận động suốt cả ngày. Bạn có thể nhận thấy nó trầm trọng hơn khi vừa thức dậy vào buổi sáng. Độ cứng có thể giảm nhẹ khi bạn di chuyển, nhưng có thể quay trở lại nếu bạn gắng sức quá mức.

Các hoạt động đơn giản trong sinh hoạt hàng ngày có thể trở nên khó khăn. Bạn có thể gặp khó khăn khi đưa tay ra sau lưng để cài móc áo bra. Việc nhét áo vào quần có thể kéo căng vùng bị đau. Ngủ nghiêng về phía bị ảnh hưởng có thể khiến bạn mất ngủ. Những cử động nhỏ này có thể kích hoạt những cơn đau nhói hoặc cơn đau âm ỉ kéo dài. Bác sĩ phẫu thuật của bạn hiểu rõ những hạn chế này ảnh hưởng đến sinh hoạt thường ngày của bạn như thế nào.

Mặc dù một số phương pháp điều trị cho thấy tiềm năng trong các nghiên cứu trên động vật, bằng chứng về liệu pháp peptide tiêm cho người hiện nay còn thiếu. Không có các thử nghiệm ngẫu nhiên có đối chứng (RCT) nào điều tra việc sử dụng BPC-157 ở đối tượng người. Khoa học hiện chưa đủ mạnh để xác định hiệu quả tổng thể hoặc độ an toàn của nó đối với việc tăng cường thể thao. Vì lý do này, bác sĩ phẫu thuật của bạn không khuyến nghị sử dụng BPC-157 cho hiệu suất thể thao và quá trình hồi phục.

Một số bệnh nhân tìm thấy sự giảm đau với các phương pháp tiếp cận khác. Ví dụ, EGYFIL đã được chứng minh là an toàn để điều trị đau và cứng ở các mô mềm. Nó dường như làm giảm đau và cứng trong ba ngày điều trị. Bạn có thể cảm thấy sự giảm đau này sớm nhất là ba giờ sau lần bôi đầu tiên. Tuy nhiên, kết quả có sự khác biệt, và bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ giúp bạn lựa chọn hướng đi an toàn nhất.

Điều quan trọng là hãy lắng nghe cơ thể của bạn. Nếu một hoạt động gây ra đau nhói, hãy dừng lại và nghỉ ngơi. Chườm đá hoặc chườm nóng theo hướng dẫn của nhóm chăm sóc sức khỏe của bạn. Hãy ghi lại thời điểm cơn đau trầm trọng nhất. Điều này giúp bác sĩ phẫu thuật cá nhân hóa kế hoạch điều trị của bạn. Hãy nhớ rằng, quá trình lành thương cần có thời gian. Hãy kiên nhẫn với tiến độ hồi phục của bạn và giao tiếp cởi mở với nhóm y tế về những gì bạn đang cảm thấy.

Những gì thực sự đang xảy ra

Cơ thể bạn dựa vào một sự cân bằng tinh tế để duy trì chuyển động khớp trơn tru. Sụn khớp đóng vai trò là lớp phủ trơn tru trên các đầu xương, trong khi gân hoạt động như những sợi dây chắc chắn nối cơ với xương. Khi bạn bị tổn thương các cấu trúc này, quá trình sửa chữa tự nhiên thường không đáp ứng đủ nhu cầu. Ví dụ, khi một gân bị rách, điểm nối giữa gân và xương có thể không lành lại với độ bền hoặc cấu trúc cần thiết. Điều này dẫn đến mất ổn định và đau đớn do điểm neo bị suy yếu.

Trong một số trường hợp, bề mặt khớp tự nó bị mòn hoặc phát triển các khuyết tật. Điều này có thể xảy ra sau một chấn thương hoặc do căng thẳng kéo dài. Bề mặt trơn tru trở nên thô ráp, gây ma sát và khó chịu khi bạn vận động. Cơ thể bạn cố gắng khắc phục những vấn đề này bằng cách gửi các tế bào đến khu vực bị tổn thương, nhưng đôi khi mô sửa chữa yếu hoặc không tích hợp tốt với mô khỏe mạnh xung quanh. Đó là lý do tại sao việc nghỉ ngơi đơn thuần hoặc các phương pháp điều trị cơ bản có thể không giải quyết triệt để vấn đề.

Các nhà nghiên cứu đang khám phá những cách mới để hỗ trợ quá trình lành thương này. Một số phương pháp sử dụng các peptide đặc biệt—những khối xây dựng nhỏ của protein—để khuyến khích cơ thể bạn tự sửa chữa hiệu quả hơn. Trong các nghiên cứu trên động vật, một số peptide đã cho thấy tiềm năng trong việc tăng cường kết nối gân-xương và cải thiện quá trình lành sụn khớp. Các phương pháp điều trị khác nhằm mục đích giảm viêm nhanh chóng, giúp bạn cảm thấy ít đau và cứng khớp hơn trong vòng vài giờ hoặc vài ngày. Tuy nhiên, điều quan trọng cần biết là đối với nhiều liệu pháp mới hơn, chẳng hạn như BPC-157, hiện chưa có bằng chứng lâm sàng từ các thử nghiệm trên người để chứng minh hiệu quả hoặc tính an toàn của chúng trong việc phục hồi sau chấn thương thể thao. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể giúp bạn hiểu rõ những lựa chọn nào có cơ sở khoa học vững chắc và những lựa chọn nào vẫn còn mang tính thử nghiệm.

Những điều cần biết

Bạn nên biết rằng các bằng chứng hiện tại không ủng hộ việc sử dụng lâm sàng thường quy nhiều liệu pháp peptide tiêm trong chỉnh hình và y học thể thao. Đối với hầu hết các phương pháp điều trị này, nền tảng khoa học vẫn còn thiếu hụt. Điều này có nghĩa là chúng tôi chưa thể xác nhận hiệu quả tổng thể, độ an toàn hoặc các cách thức tốt nhất để sử dụng chúng nhằm thúc đẩy quá trình hồi phục.

Một số peptide cụ thể cho thấy tiềm năng trong các nghiên cứu phòng thí nghiệm giai đoạn đầu, nhưng những kết quả này đến từ chuột, ngựa hoặc nuôi cấy tế bào, chứ không phải từ con người. Ví dụ, một số peptide đã giúp chữa lành gân trong các mô hình chuột và sửa sụn trong các mô hình ngựa. Tuy nhiên, không có các thử nghiệm lâm sàng trên người đối với BPC-157. Do khoảng trống dữ liệu ở người này, chúng tôi không khuyến nghị sử dụng BPC-157 để cải thiện thành tích thể thao hoặc quá trình hồi phục. Khoa học hiện tại chưa đủ mạnh để ủng hộ việc sử dụng nó ở vận động viên.

Có một số ngoại lệ nơi đã có dữ liệu từ con người. EGYFIL là một phương pháp điều trị như vậy. Phương pháp này dường như an toàn để giảm đau và cứng khớp ở các mô mềm. Bạn có thể nhận thấy sự giảm triệu chứng sớm nhất là ba giờ sau lần áp dụng đầu tiên. Liệu trình điều trị thường kéo dài ba ngày, trong thời gian đó bạn sẽ cảm thấy ít đau và cứng khớp hơn.

Đối với các tình trạng khác, chẳng hạn như khuyết tật chỏm xương (một loại tổn thương bề mặt khớp), các phương pháp điều trị như peptide tự lắp ráp hoặc vi cấy xương có thể cải thiện triệu chứng so với việc không điều trị. Tuy nhiên, sự cải thiện này xuất phát từ các nguyên nhân khác nhau tùy thuộc vào phương pháp được sử dụng.

Nhìn chung, triển vọng của bạn phụ thuộc vào liệu pháp cụ thể. Nhiều liệu pháp peptide thiếu các lợi ích đã được chứng minh ở người. Những phương pháp khác, như EGYFIL, mang lại sự giảm đau và cứng khớp trong thời gian ngắn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ giúp bạn hiểu rõ những lựa chọn nào có bằng chứng thực sự và những lựa chọn nào thì không. Chúng tôi hướng tới việc đặt ra các kỳ vọng thực tế, chứ không phải những lời hứa. Nếu một phương pháp điều trị thiếu dữ liệu mạnh mẽ từ con người, chúng tôi sẽ trung thực chia sẻ điều đó với bạn.