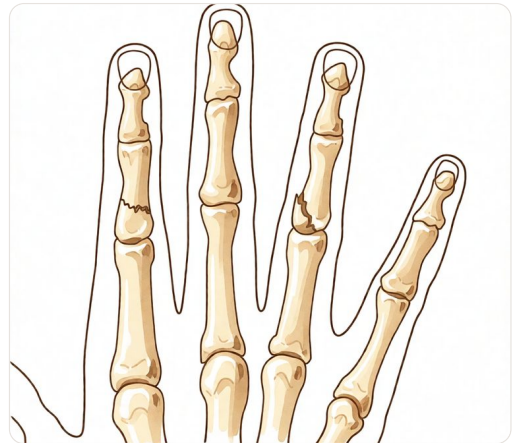


Gãy xương ngón tay

X-quang cho thấy một kiểu gãy xương qua một xương ngón tay.

Servier Medical Art / smart.servier.com, CC BY 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 đau và sưng ngay lập tức ở ngón tay hoặc bàn tay bị ảnh hưởng. Cơn đau thường sắc nhọn ban đầu, sau đó chuyển thành cảm giác đau nhói. Bạn có thể cảm thấy cứng khớp khi cố gắng cử động khớp. Điều này là bình thường vì xương và các mô xung quanh phản ứng với chấn thương.

Các gãy xương kín đơn giản là phổ biến và thường ổn định. Bạn có thể thấy rằng việc cầm nắm các vật trở nên khó khăn. Việc vớ ra sau lưng để cài áo ngực hoặc nhét áo vào quần có thể cảm thấy bất tiện hoặc gây đau. Nâng các vật nhẹ, như một tách cà phê, cũng có thể gây khó chịu. Các nhiệm vụ hàng ngày này trở nên khó khăn hơn vì bàn tay cần được nghỉ ngơi để lành vết thương.

Nếu gãy xương hở, nghĩa là da bị rách, cơn đau có thể nghiêm trọng hơn. Một phần tư các trường hợp gãy xương ngón tay hở cần nhiều hơn một thủ thuật phẫu thuật. Điều này đặc biệt đúng đối với các ngón tay bị chấn thương nặng hoặc những ngón có vấn đề về lưu lượng máu. Bạn có thể trải qua cơn đau tăng lên nếu khu vực bị nghiền nát hoặc nếu tuần hoàn bị suy giảm.

Các chấn thương ở ngón tay cái và ngón tay trỏ có nhiều khả năng cần phẫu thuật lại ngoài kế hoạch. Bạn có thể cảm thấy lo lắng gia tăng về những ngón tay cụ thể này vì chúng rất quan trọng đối với chức năng của bàn tay. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ theo dõi chặt chẽ các khu vực này trong các lần tái khám để đảm bảo quá trình lành bệnh đúng cách.

Các gãy xương đốt ngón tay (xương ngón tay) có xu hướng mất nhiều vận động tổng thể hơn so với các gãy xương xương bàn tay (xương bàn tay). Bạn có thể nhận thấy rằng ngón tay của bạn cảm thấy cứng hơn theo

thời gian nếu không được quản lý đúng cách. Tuy nhiên, hầu hết các gãy xương xương bàn tay có ảnh hưởng tối thiểu đến sức khỏe tổng thể và lành tốt mà không cần phẫu thuật.

Các biến chứng trong các gãy xương đốt ngón tay xa ở trẻ em là phổ biến. Bạn có thể thấy sưng hoặc bầm tím trông nghiêm trọng hơn thực tế. Hầu hết các gãy xương bàn tay ở trẻ em được điều trị mà không cần phẫu thuật và có kết quả tốt.

Đau về đêm là phổ biến. Bạn có thể thức dậy với một bàn tay cứng và đau. Ngủ nghiêng về phía bị thương thường là không thể. Nâng bàn tay của bạn trên gối có thể giúp giảm sưng và đau.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ điều chỉnh phương pháp điều trị phù hợp với kiểu gãy xương cụ thể của bạn. Họ sẽ xem xét tình trạng lệch vị trí và tình trạng mô mềm. Hầu hết các gãy xương xương bàn tay được quản lý không phẫu thuật. Các phim X-quang tái khám không cần thiết cho hầu hết các gãy xương ở gốc và cổ xương bàn tay thứ năm.

Chúng tôi nhằm mục đích giúp bạn trở lại chức năng bình thường. Với sự chăm sóc đúng cách, 92% bệnh nhân trở lại chức năng bình thường mà không có biến chứng sau 10 tuần. Bạn có thể mong đợi sự cải thiện ổn định về sự thoải mái và vận động khi quá trình lành bệnh tiến triển.

Những gì thực sự đang xảy ra

Các ngón tay của bạn được cấu tạo từ những xương nhỏ gọi là xương ngón (phalanges), trong khi các xương của lòng bàn tay được gọi là xương cổ tay ngắn (metacarpals). Những xương này phối hợp với các gân và khớp để cho phép bạn nắm và bẻ. Khi xảy ra gãy xương, cấu trúc xương bị phá vỡ. Điều này làm phá vỡ bề mặt nhẵn cho phép các khớp của bạn di chuyển mà không có ma sát.

Hầu hết các trường hợp gãy xương cổ tay ngắn đều đơn giản và ổn định. Chúng thường lành tốt mà không cần phẫu thuật. Tuy nhiên, một số trường hợp gãy xương không ổn định hoặc bị lệch. Điều này có nghĩa là các mảnh xương đã dịch chuyển khỏi vị trí ban đầu. Nếu bề mặt khớp không bằng phẳng, nó có thể gây đau và cứng khớp sau này. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét cách xương bị gãy và liệu mô mềm có bị tổn thương hay không để quyết định phương pháp điều trị tốt nhất cho bạn.

Ở trẻ em, hầu hết các trường hợp gãy xương bàn tay đều lành tốt với điều trị không phẫu thuật như băng dính kèm (buddy taping). Phương pháp này bao gồm việc băng ngón tay bị thương vào ngón tay lành bên cạnh để hỗ trợ. Ngay cả khi xương bị lệch, phương pháp đơn giản này thường có hiệu quả. Trong một số trường hợp, gãy xương ở trẻ em cần được phẫu thuật khẩn cấp để ngăn ngừa các vấn đề lâu dài.

Đối với người lớn, tình huống có thể phức tạp hơn. Nếu bạn bị gãy xương hở, nơi da bị rách, nguy cơ nhiễm trùng sẽ cao hơn. Một phần tư các trường hợp này có khả năng cần nhiều hơn một thủ thuật phẫu thuật. Điều này đặc biệt đúng nếu chấn thương liên quan đến dập nát nặng hoặc các vấn đề về lưu lượng máu.

Các chấn thương ở ngón tay cái và ngón tay trỏ có nhiều khả năng cần phẫu thuật lại ngoài kế hoạch. Đó là lý do tại sao bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể theo dõi chặt chẽ các ngón tay này sau khi điều trị ban đầu. Nếu cần phẫu thuật, các tấm và vít có thể giữ xương tại chỗ. Tuy nhiên, điều này đôi khi có thể dẫn đến cứng khớp. Cứng khớp ngón tay sau phẫu thuật xảy ra ở 43% các trường hợp gãy xương ngón gần (proximal phalangeal) không ổn định được điều trị bằng tấm titan và/hoặc vít.

Vị trí của thiết bị cố định rất quan trọng. Nếu cạnh của tấm quá gần đường khớp, nó có thể hạn chế tầm vận động của ngón tay. Tương tự, một số kỹ thuật vít nhất định có thể tạo ra các khuyết tật nhỏ trong sụn. Đây là lớp phủ nhẵn trên các đầu xương. Theo thời gian, điều này có thể ảnh hưởng đến độ trơn tru trong chuyển động của khớp.

Mặc dù có những rủi ro này, hầu hết các trường hợp gãy xương ngón đơn condyle (unicondylar) ở trẻ em đều đạt được sự liên xương tốt và tầm vận động chức năng. Với sự căn chỉnh cẩn thận và chăm sóc mô mềm, ngón tay của bạn có thể khôi phục chức năng. Mục tiêu luôn là khôi phục lại giải phẫu tự nhiên để bạn có thể sử dụng bàn tay của mình bình thường trở lại.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Phương pháp tiếp cận của Bác sĩ Kieran Hirpara, một bác sĩ phẫu thuật chi trên tại Bệnh viện Tư nhân Mater Rockhampton, trong phòng khám của chúng tôi tập trung vào việc giúp bạn trở lại chức năng bình thường một cách an toàn. Hầu hết các gãy xương bàn tay đều đơn giản và ổn định, vì vậy chúng tôi thường bắt đầu bằng điều trị không phẫu thuật. Đối với trẻ em, dán băng dính ngón tay (buddy taping) là một lựa chọn phổ biến và hiệu quả. Phương pháp này nghĩa là dán ngón tay bị thương vào ngón tay lành bên cạnh để hỗ trợ. Nó hoạt động tốt ngay cả khi xương bị lệch nhẹ và cần được chỉnh thẳng. Đối với người lớn, chúng tôi có thể sử dụng nẹp hoặc một nền kéo bằng nhựa nhiệt dẻo đặc biệt để giữ xương tại chỗ trong khi nó lành. Chúng tôi cũng cung cấp liệu pháp tay để hướng dẫn quá trình phục hồi của bạn. Điều này giúp bạn lấy lại khả năng vận động và sức mạnh mà không bị cứng khớp.

Kiểm soát đau là một phần quan trọng trong quá trình chữa lành của bạn. Chúng tôi khuyên bạn nên dùng thuốc giảm đau và thuốc chống viêm khi cần thiết để kiểm soát sưng và khó chịu. Nếu bạn có đau kéo dài hoặc viêm khớp ở khớp, chúng tôi có thể khuyên dùng một mũi tiêm. Tiêm cortisone làm giảm viêm để giúp giảm đau. Tiêm axit hyaluronic có thể bôi trơn khớp để cải thiện vận động. Tiêm huyết tương giàu tiểu cầu (PRP) sử dụng các thành phần máu của chính bạn để thúc đẩy quá trình chữa lành. Những phương pháp điều trị này không sửa chữa xương gãy, nhưng chúng có thể kiểm soát đau và cải thiện sự thoải mái trong khi gãy xương đang lành. Hiệu quả thay đổi tùy trường hợp, nhưng chúng cung cấp một cách tiếp cận không xâm lấn để hỗ trợ quá trình phục hồi của bạn.

Phẫu thuật được xem xét khi điều trị bảo tồn không đủ hoặc khi chấn thương nghiêm trọng. Chúng tôi khuyên nên phẫu thuật đối với gãy xương hở, nơi da bị rách, hoặc nếu có tổn thương mạch máu. Một phần tư số gãy xương hở này có thể cần nhiều hơn một thủ thuật để lành đúng cách. Phẫu thuật cũng được sử dụng

nếu xương không ổn định, bị xoay, hoặc nếu điều trị không phẫu thuật không chữa lành được xương (không liền xương). Các lựa chọn phẫu thuật của chúng tôi bao gồm đặt vít hoặc ghim để giữ các mảnh xương lại với nhau. Điều này cung cấp sự ổn định để xương có thể liền lại đúng cách. Chúng tôi hướng tới kết quả xuất sắc với các thủ thuật này, cho phép bạn lấy lại phạm vi vận động và sức mạnh toàn diện. Nếu gãy xương của bạn phức tạp hoặc không lành với điều trị ban đầu, chúng tôi sẽ thảo luận về cố định phẫu thuật như một bước tiếp theo đáng tin cậy để khôi phục chức năng bình thường của bàn tay.

Những điều cần biết

Hầu hết các gãy xương ngón tay và bàn tay đều lành tốt, ngay cả khi không phẫu thuật. Ở nhiều người, đặc biệt là trẻ em, xương sẽ tự chỉnh lại vị trí với các biện pháp hỗ trợ đơn giản như băng dính ngón (buddy taping). Bạn có thể mong đợi kết quả tốt trong những trường hợp này. Đa số các gãy xương xương bàn tay là ổn định và lành mà không cần phẫu thuật.

Nếu gãy xương của bạn phức tạp hơn, bác sĩ phẫu thuật có thể khuyến nghị phẫu thuật để căn chỉnh xương đúng vị trí. Điều này thường gặp ở các gãy xương hở, nơi da bị rách, hoặc các chấn thương ở ngón tay cái và ngón tay trỏ. Các chấn thương cụ thể này có khả năng cao hơn cần một thủ thuật thứ hai. Khoảng một phần tư các gãy xương ngón tay hở cần nhiều hơn một lần phẫu thuật. Điều này có khả năng xảy ra hơn nếu chấn thương liên quan đến dập nát hoặc ảnh hưởng đến lưu lượng máu.

Thời gian hồi phục thay đổi tùy theo loại chấn thương. Đối với gãy xương xương bàn tay, 92% bệnh nhân trở lại chức năng bình thường mà không có biến chứng sau 10 tuần kể từ khi chấn thương. Nếu bạn có gãy xương đốt ngón tay gần được điều trị bằng vít, bạn có thể mong đợi khả năng vận động tuyệt vời và lực nắm gần như bình thường. Hầu hết mọi người báo cáo kết quả tích cực mà không có biến chứng sau một năm. Tuy nhiên, cứng khớp là một rủi ro đã được biết đến. Cứng ngón tay sau phẫu thuật xảy ra ở 43% các gãy xương đốt ngón tay gần không ổn định được điều trị bằng tấm titan và/hoặc vít.

Bạn nên nhận thức rằng một số người cần phẫu thuật thứ hai để tháo thiết bị cố định gây kích ứng. Tỷ lệ phẫu thuật lại sớm không theo kế hoạch là 8,0% sau cố định phẫu thuật các gãy xương xương bàn tay cấp tính. Thời gian trung bình để thực hiện phẫu thuật lại sớm này là khoảng 2,1 tháng. Hầu hết các thủ thuật sau này này liên quan đến việc tháo thiết bị cố định gây triệu chứng hơn là sửa chữa một vết gãy mới.

Mặc dù hầu hết các gãy xương đều lành hoàn toàn, một số ít bệnh nhân vẫn không hài lòng với kết quả cuối cùng. Bạn nên chuẩn bị cho một giai đoạn hồi phục kéo dài từ vài tuần đến vài tháng. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ hướng dẫn bạn khi nào có thể trở lại làm việc hoặc thể thao. Các chấn thương ở ngón tay cái và ngón tay trỏ có thể mất nhiều thời gian hơn để hồi phục do sự phức tạp của các cấu trúc liên quan.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu cơn đau vẫn tiếp diễn dù đã nghỉ ngơi, hoặc nếu bạn nhận thấy sự suy yếu và mất ổn định ở ngón tay. Hãy tìm kiếm đánh giá từ bác sĩ chuyên khoa nếu khớp bị khóa hoặc đột ngột mất lực, hoặc nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn. Sự gia tăng đột ngột về mức độ đau hoặc sưng cũng cần được đánh giá kịp thời. Trong khi hầu hết các trường hợp gãy xương đơn giản đều lành tốt mà không cần phẫu thuật, một nhóm nhỏ các chấn thương—đặc biệt là gãy xương hở hoặc những tổn thương liên quan đến ngón tay cái và ngón tay trỏ—có thể cần can thiệp phẫu thuật để ngăn ngừa biến chứng. Việc nhận biết sớm giúp giảm thiểu các nguy cơ như cứng khớp hoặc nhu cầu thực hiện các thủ thuật bổ sung. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ đánh giá kiểu gãy xương và tình trạng mô mềm để xác định phương hướng tốt nhất cho quá trình hồi phục của bạn.