

## PATIENT INFORMATION

# Ngón tay búa

Ngón tay búa: đầu ngón tay bị chùng xuống do gân duỗi khớp cuối cùng bị rách hoặc bong khỏi điểm bám.

Holly Cheng / Wikimedia Commons, CC BY-SA 3.0



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 đầu ngón tay của mình bị chùng xuống và không thể duỗi thẳng một cách tự nhiên. Điều này xảy ra do gân nâng ngón tay của bạn bị tổn thương. Cơn đau thường nằm ngay tại đầu ngón tay. Cảm giác đau có thể nhói khi bạn cố gắng cử động hoặc ấn vào vùng đó.

Sự khó chịu thường trở nên nghiêm trọng hơn sau khi bạn sử dụng tay. Các hoạt động như đánh máy, nâng đồ tạp hóa hoặc chơi thể thao có thể khiến cơn đau nhức tăng lên. Bạn cũng có thể cảm thấy cứng khớp khi vừa thức dậy vào buổi sáng. Sự cứng khớp này thường giảm bớt sau khi bạn cử động tay trong vài phút.

Các hoạt động hàng ngày trở nên khó khăn. Việc với tay ra sau lưng để cài móc áo ngực có thể trở nên khó khăn. Việc nhét áo vào quần đòi hỏi sự phối hợp cẩn thận để tránh làm tổn thương ngón tay. Ngủ nghiêng có thể gây áp lực lên đầu ngón tay bị tổn thương, dẫn đến cơn đau khiến bạn khó ngủ.

Trong một số trường hợp, cả hai tay đều bị ảnh hưởng. Điều này có thể xảy ra nếu bạn có những thay đổi sinh hóa nhất định trong cơ thể. Nếu bạn là trẻ em, chấn thương có thể liên quan đến cả gân và một mảnh xương nhỏ. Điều này hiếm gặp nhưng vẫn có thể xảy ra.

Hầu hết thời gian, chúng tôi điều trị tình trạng này bằng nẹp. Chúng tôi dán một giá đỡ đơn giản vào mặt sau của ngón tay của bạn. Điều này giữ cho đầu ngón tay thẳng để gân có thể lành lại. Bạn phải đeo nẹp liên tục trong vài tuần. Phẫu thuật chỉ được thực hiện nếu một mảnh xương lớn bị gãy hoặc nếu xương bị lệch khỏi vị trí.

Cả nẹp và phẫu thuật đều mang lại kết quả tốt. Bạn nên mong đợi một số độ cứng dai dẳng, đặc biệt nếu tình trạng chùng xuống nghiêm trọng trước khi điều trị. Việc sửa chữa hoàn toàn mất thời gian. Hãy kiên nhẫn với quá trình hồi phục của bạn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ hướng dẫn bạn qua quá trình này.

## Những gì thực sự đang xảy ra

---

Đầu ngón tay của bạn có một gân nhỏ gọi là gân tận cùng. Gân này bám vào xương ở đầu cùng của ngón tay. Gân này hoạt động như một sợi dây kéo cho đầu ngón tay duỗi thẳng. Khi bạn duỗi ngón tay, sợi dây này căng ra để nâng phần đầu ngón tay lên.

Trong chấn thương ngón tay búa, sợi dây này bị đứt hoặc tách khỏi xương. Điều này thường xảy ra khi đầu ngón tay đang duỗi thẳng bị gấp đột ngột vào trong. Hãy tưởng tượng bạn bị vướng ngón tay vào mép bàn khi với tay lấy thứ gì đó. Lực tác động quá lớn khiến gân không thể chịu đựng được.

Vì sợi dây bị đứt, bạn mất khả năng tự duỗi thẳng đầu ngón tay. Khớp ở vị trí gấp. Đây được gọi là biến dạng ngón tay búa. Bạn có thể nhận thấy đầu ngón tay bị rủ xuống. Tuy nhiên, bạn vẫn có thể duỗi thẳng hoàn toàn nếu người khác di chuyển nó giúp bạn. Điều này là do tâm vận động thụ động vẫn còn nguyên vẹn.

Chấn thương có thể xảy ra theo hai cách. Thứ nhất, bản thân gân có thể bị rách hoàn toàn. Thứ hai, một mảnh xương nhỏ có thể bị kéo theo cùng với gân. Đây được gọi là gãy xương do tách mảnh. Mảnh xương bao gồm điểm bám của gân, vì vậy kết quả trông tương tự. Cả hai loại đều gây ra tư thế rủ xuống giống nhau.

Đôi khi, một mảnh xương lớn bị vỡ. Điều này liên quan đến hơn một phần ba bề mặt khớp. Trong những trường hợp này, xương đầu có thể trượt về phía trước và lệch khớp. Đây được gọi là trật khớp lòng bàn tay. Nó làm thay đổi cách hoạt động của khớp và thường đòi hỏi phương pháp điều trị khác.

Ở trẻ em, chấn thương có thể ảnh hưởng đến đĩa tăng trưởng thay vì gân. Xương ở đó mềm hơn. Một vết gãy có thể làm lệch đầu ngón tay thành tư thế ngón tay búa. Duỗi quá mức thường giúp đưa nó trở lại vị trí.

Hầu hết các trường hợp ngón tay búa là do chấn thương kín. Da vẫn nguyên vẹn. Các chấn thương hở, nơi da bị rách, là không phổ biến. Các ngón tay trỏ, giữa và áp út thường bị ảnh hưởng nhất. Điều này phổ biến ở nam giới.

## Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

---

Cách 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 phản ánh một lộ trình rõ ràng. Bệnh nhân đến phòng khám của chúng tôi qua giới thiệu của bác sĩ đa khoa hoặc chuyên viên vật lý trị liệu. Đánh giá tại phòng khám (lịch sử bệnh, khám lâm sàng và chẩn đoán hình ảnh khi cần thiết) giúp xác định chẩn đoán. Đối với các vấn đề cấu trúc hoặc cấp tính, phẫu thuật có thể được khuyến nghị ngay lập tức, mà không cần thử nghiệm điều trị không phẫu thuật trước đó. Đối với các vấn đề thoái hóa hoặc kéo dài, chúng tôi thường thử điều trị không phẫu thuật – thay đổi hoạt động, vật lý trị liệu hoặc trị liệu tay, nẹp cố định và tiêm – và xem xét phẫu thuật khi những biện pháp này không mang lại sự cải thiện đủ mức.

Hầu hết các chấn thương ngón tay búa (mallet finger) đều lành tốt mà không cần phẫu thuật. Chúng tôi thường bắt đầu bằng một chiếc nẹp dán mặt lưng hoặc một chiếc nẹp đơn giản. Bệnh nhân đeo nẹp này để

giữ thẳng đầu ngón tay. Chuyên viên trị liệu tay có thể điều trị các chấn thương ngón tay búa loại 1 hiệu quả tương đương với bác sĩ phẫu thuật. Họ sử dụng một phương pháp bất động mang lại hầu như không có biến chứng nào liên quan đến tình trạng da. Việc đeo nẹp bổ sung vào ban đêm không cải thiện kết quả về độ trễ duỗi (extensor lag), mức độ tàn tật hoặc sự hài lòng với điều trị. Một số bệnh nhân sử dụng một loại chỉnh hình đơn giản và tùy chỉnh thay thế. Loại chỉnh hình này cho phép gấp khớp PIP trong khi hạn chế duỗi hoàn toàn hoặc duỗi quá mức. Quản lý điều trị bảo tồn đối với chấn thương ngón tay búa cấp tính, kín rất đa dạng và phong phú, với các bài tập và can thiệp bổ sung cho việc nẹp cố định thường được sử dụng.

Phẫu thuật đôi khi được khuyến nghị cho các trường hợp ngón tay búa cấp tính hoặc mạn tính, hoặc để xử lý các trường hợp thất bại của điều trị trước đó. Chúng tôi có thể xem xét quản lý phẫu thuật cho các tổn thương ngón tay búa cấp tính và mạn tính ở những bệnh nhân đã thất bại trong điều trị không phẫu thuật. Chúng tôi cũng xem xét phẫu thuật cho những bệnh nhân không thể làm việc khi đang đeo nẹp. Phẫu thuật thường được chỉ định trong trường hợp gãy ngón tay búa liên quan đến hơn một phần ba bề mặt khớp. Phẫu thuật cũng được chỉ định ở tất cả bệnh nhân phát hiện bị trật lòng bàn (volar subluxation) của đốt ngón tay xa. Tuy nhiên, một lợi thế đáng kể của quản lý phẫu thuật ngay cả trong các trường hợp phức tạp vẫn chưa được chứng minh rõ ràng. Tỷ lệ biến chứng đối với quản lý bảo tồn ngón tay búa loại 4c Doyle là thấp, gợi ý rằng các trường hợp mảnh vỡ lớn có thể được quản lý hiệu quả bằng phương pháp bảo tồn.

## Những điều cần biết

---

Hầu hết các chấn thương ngón tay búa (mallet finger) đều hồi phục tốt mà không cần phẫu thuật. Bạn sẽ phải đeo nẹp để giữ thẳng đầu ngón tay. Điều này cho phép gân hoặc xương lành lại ở đúng vị trí. Cả việc đeo nẹp và phẫu thuật đều mang lại kết quả lâm sàng xuất sắc cho đa số bệnh nhân.

Nếu chấn thương của bạn liên quan đến một mảnh xương lớn hoặc khớp bị lệch vị trí, bác sĩ phẫu thuật có thể khuyến nghị phẫu thuật. Thủ thuật này thường được thực hiện để ổn định khớp và ngăn ngừa biến dạng lâu dài. Ngay cả trong những trường hợp phức tạp hơn này, kết quả điều trị nhìn chung vẫn rất tốt.

Bạn nên dự kiến quá trình hồi phục sẽ kéo dài vài tháng. Sự kiên trì là yếu tố then chốt. Bạn phải đeo nẹp liên tục trong suốt thời gian do bác sĩ phẫu thuật chỉ định. Tháo nẹp sớm có thể khiến chấn thương tái phát hoặc lành lại không đúng cách. Khi quá trình lành bệnh hoàn tất, bạn sẽ dần dần khôi phục khả năng vận động và sức mạnh.

Một số bệnh nhân có thể nhận thấy một chút cứng khớp hoặc một độ cong nhẹ ở đầu ngón tay không thể duỗi thẳng hoàn toàn. Tình trạng này được gọi là lag duỗi (extensor lag). Nó phổ biến hơn nếu chấn thương nghiêm trọng hoặc việc điều trị bị trì hoãn. Tuy nhiên, hạn chế nhỏ này hiếm khi ảnh hưởng đến khả năng sử dụng tay cho các công việc hàng ngày của bạn.

Các biến chứng là không phổ biến. Nhiễm trùng, không liền xương (xương không lành lại) hoặc biến dạng móng tay là hiếm khi chấn thương được quản lý đúng cách. Nếu bạn có một gãy xương liên quan đến một

phần lớn bề mặt khớp, có nguy cơ khớp bị lệch. Bác sĩ phẫu thuật sẽ theo dõi sát tình trạng này để đảm bảo sự căn chỉnh đúng cách.

Trong những trường hợp hiếm hoi mà điều trị ban đầu thất bại, có thể cần phẫu thuật thêm để sửa chữa biến dạng. Các thủ thuật cứu vãn này có hiệu quả trong việc khôi phục chức năng và thẩm mỹ. Nhìn chung, với sự chăm sóc thích hợp, bạn có thể mong đợi việc trở lại hoàn toàn các hoạt động và sở thích bình thường của mình.

## Khi nào cần gặp bác sĩ

---

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu bạn có tình trạng đau dai dẳng không cải thiện khi nghỉ ngơi. Hãy yêu cầu được bác sĩ chuyên khoa khám lại nếu bạn nhận thấy yếu hoặc mất vững ở ngón tay. Hãy tìm kiếm sự chăm sóc y tế nếu khớp bị khóa hoặc đột ngột mất vững. Hãy liên hệ với bác sĩ nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn. Tình trạng bệnh xấu đi đột ngột cũng là lý do để bạn tìm kiếm sự giúp đỡ. Các chấn thương ngón tay búa (mallet finger) đôi khi có thể xuất hiện ở cả hai bên, nghĩa là cả hai bàn tay đều bị ảnh hưởng. Các bất thường về sinh hóa cũng có thể đóng vai trò trong các chấn thương này. Việc đánh giá sớm giúp xác định xem bạn có cần bất động đơn giản hay cần các phương pháp điều trị khác hay không. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ hướng dẫn bạn về các bước tiếp theo tốt nhất cho tình trạng cụ thể của bạn.