

Chấn thương gân và dây thần kinh bàn tay

Các gân và dây thần kinh ở mặt lòng bàn tay nằm trong các kênh hẹp, gần với da. Các vết cắt và rách thường liên quan đến nhiều hơn một cấu trúc.

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 nhận thấy đau, tê hoặc kiến bò ở bàn tay hoặc cổ tay. Điều này thường xảy ra sau một chấn thương hoặc nếu bạn có một tình trạng như viêm xương khớp do hao mòn. Cơn đau có thể cảm thấy nhói hoặc âm ỉ. Nó có thể bùng phát vào ban đêm, khiến bạn khó ngủ. Bạn cũng có thể cảm thấy cứng khớp khi vừa thức dậy vào buổi sáng.

Các hoạt động hàng ngày có thể trở nên khó khăn. Những hành động đơn giản như vớ tay ra sau lưng để cài áo ngực, nhét áo vào quần, hoặc nâng một tách cà phê có thể cảm thấy vụng về hoặc gây đau. Bạn có thể làm rơi đồ vật thường xuyên hơn vì cảm giác nắm tay của bạn yếu đi. Nếu bạn bị tổn thương dây thần kinh, bạn có thể cảm thấy như bàn tay của mình không phản ứng như trước đây. Điều này có thể khiến việc cầm nắm các vật thể trở nên không ổn định.

Cơn đau thường trở nên nghiêm trọng hơn sau khi bạn sử dụng bàn tay trong thời gian dài. Nghỉ ngơi thường giúp giảm bớt triệu chứng. Tuy nhiên, nếu bạn bỏ qua các triệu chứng, sự khó chịu có thể kéo dài. Bạn có thể nhận thấy mình tránh một số cử động nhất định để bảo vệ bàn tay. Điều này có thể dẫn đến cứng khớp theo thời gian.

Nếu bạn bị tổn thương dây thần kinh, bạn có thể nhận thấy những thay đổi về cảm giác. Một số người báo cáo rằng các ngón tay của họ cảm thấy tê hoặc như đang bị tê liệt. Trong một số trường hợp, bạn có thể cảm thấy đau rất hoặc đau nhói. Điều này thường liên quan đến sưng hoặc sẹo xung quanh dây thần kinh. Nếu bạn bị tổn thương gân, bạn có thể nghe thấy tiếng bộp hoặc cảm thấy một cú giật đột ngột khi chấn thương xảy ra. Sau đó, bạn có thể gặp khó khăn trong việc uốn cong hoặc duỗi thẳng các ngón tay của bạn hoàn toàn.

Điều quan trọng là phải chú ý đến những dấu hiệu này. Nếu bạn bị gãy xương, nguy cơ tổn thương dây thần kinh và gân cao hơn. Điều này có thể dẫn đến tàn tật lâu dài nếu không được điều trị đúng cách. Tổn thương gân duỗi là phổ biến, và việc nhận biết sớm là chìa khóa để quản lý chúng. Tổn thương gân gấp ít phổ biến hơn, đặc biệt là ở trẻ em, nhưng chúng vẫn đòi hỏi sự chú ý cẩn thận.

Nếu bạn đang gặp phải các triệu chứng này, việc giới thiệu kịp thời đến một chuyên gia chi trên có thể giúp tối ưu hóa kết quả điều trị của bạn. Chúng tôi muốn hiểu những gì bạn đang cảm thấy để chúng tôi có thể lập kế hoạch tốt nhất cho quá trình phục hồi của bạn.

Những gì thực sự đang xảy ra

Bàn tay của bạn dựa vào một hệ thống phức tạp gồm gân, dây thần kinh và dây chằng để cử động và cảm nhận. Gân hoạt động như những sợi dây chắc chắn nối cơ của bạn với xương. Chúng kéo các ngón tay và ngón cái để tạo ra chuyển động. Dây thần kinh là những dây dẫn truyền tín hiệu từ não đến bàn tay. Chúng báo cho cơ bắp khi nào cần cử động và gửi cảm giác trở lại não. Dây chằng là những dải mô chắc chắn giữ các xương của bạn ở đúng vị trí.

Khi bạn bị tổn thương các cấu trúc này, hệ thống sẽ bị phá vỡ. Một gân bị đứt có thể tách khỏi xương, khiến bạn không thể gấp một ngón tay. Một dây thần kinh bị tổn thương có thể ngăn tín hiệu đến được cơ bắp. Điều này gây ra yếu cơ hoặc tê bì. Bạn có thể nhận thấy lực nắm của mình yếu đi, đặc biệt là khi cầm các vật nhỏ. Những nhiệm vụ đơn giản như nắm chặt bàn tay có thể trở nên chậm chạp hoặc gây đau. Lớp phủ trơn tru trên xương, được gọi là sụn, có thể bị mòn. Điều này tạo ra ma sát và cứng khớp.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét mức độ tổn thương cụ thể để lập kế hoạch sửa chữa. Ví dụ, nếu một dây thần kinh bị kéo căng hoặc đứt, chúng tôi có thể cố gắng nối lại trực tiếp. Nếu dây thần kinh bị tổn thương quá nặng, chúng tôi có thể sử dụng kỹ thuật chuyển gân. Kỹ thuật này liên quan đến việc di chuyển một gân lành mạnh để đảm nhận chức năng của gân bị tổn thương. Điều này có thể khôi phục chức năng khi việc sửa chữa dây thần kinh trực tiếp không khả thi. Trong một số trường hợp, chúng tôi kết hợp sửa chữa dây thần kinh với chuyển gân để cải thiện khả năng nắm và thả vật của bàn tay bạn.

Cảm giác là một phần quan trọng của quá trình phục hồi. Nó chiếm 40% mục tiêu trong các ca sửa chữa ngón cái hoặc đầu ngón tay. Chiều dài và hình dáng chiếm 50% còn lại. Chúng tôi hướng đến việc khôi phục không chỉ khả năng vận động mà còn cả cảm giác giúp bạn sử dụng bàn tay một cách an toàn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ chọn phương pháp tiếp cận tốt nhất dựa trên vị trí và mức độ nghiêm trọng của chấn thương. Mục tiêu là giúp bạn quay trở lại sử dụng bàn tay cho các hoạt động hàng ngày.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Phương pháp tiếp cận đối với chấn thương gân hoặc dây thần kinh ở tay phụ thuộc vào mức độ mới mẻ của tổn thương và ảnh hưởng của nó đến cuộc sống hàng ngày của bạn. Bác sĩ Kieran Hirpara, một bác sĩ phẫu

thuật chi trên tại Bệnh viện Tư nhân Mater Rockhampton, định hướng việc chăm sóc của chúng tôi xung quanh việc khôi phục chức năng của bạn một cách an toàn. 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, bao gồm khai thác tiền sử, khám lâm sàng và chụp chiếu khi cần thiết, giúp thiết lập chẩn đoán. Đối với các vấn đề thoái hóa hoặc kéo dài, chúng tôi thường thử điều trị không phẫu thuật trước tiên. Điều này bao gồm thay đổi hoạt động, vật lý trị liệu hoặc trị liệu tay, nẹp cố định và tiêm thuốc. Chúng tôi xem xét phẫu thuật khi các biện pháp này không mang lại sự cải thiện đủ mức. 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.

Trong giai đoạn đầu, chuyên viên vật lý trị liệu của bạn sẽ hướng dẫn bạn thực hiện các chuyển động nhẹ nhàng để duy trì khớp linh hoạt và ngăn ngừa cứng khớp. Mục tiêu là duy trì sức mạnh của các cơ xung quanh trong khi các mô bị tổn thương lành lại. Nếu bạn bị đau, bác sĩ phẫu thuật có thể gợi ý sử dụng thuốc giảm đau không kê đơn hoặc thuốc chống viêm để giúp bạn kiểm soát sự khó chịu. Đối với một số tình trạng, như ngón tay cò ở trẻ em hoặc các vấn đề gân cụ thể, chúng tôi có thể thảo luận về việc tiêm thuốc. Tiêm cortisone có thể giảm viêm và đau, thường mang lại sự giảm đau trong vài tuần đến vài tháng. Tiêm axit hyaluronic hoặc huyết tương giàu tiểu cầu (PRP) đôi khi được sử dụng để hỗ trợ sức khỏe mô, mặc dù thời gian duy trì lợi ích khác nhau. Chúng tôi điều chỉnh các lựa chọn này dựa trên chấn thương cụ thể và mức độ đau của bạn.

Phẫu thuật được xem xét khi điều trị bảo thủ đã đạt đến giới hạn hoặc khi cần sửa chữa ngay lập tức vì lý do an toàn. Đối với vết rách gân, sửa chữa sơ cấp có thể thực hiện được nếu bạn đến sớm với vết thương sạch; nếu không, có thể cần ghép gân. Chấn thương dây thần kinh rất phức tạp. Nếu dây thần kinh bị đứt, chúng tôi có thể cố gắng sửa chữa trực tiếp hoặc sử dụng ghép dây thần kinh để lấp đầy khoảng trống. Đối với các khoảng trống nhỏ hơn 2 cm, ống dẫn collagen có thể khôi phục chức năng một cách đáng tin cậy. Nếu sửa chữa dây thần kinh không thể thực hiện được hoặc không mang lại chức năng hữu ích, chúng tôi có thể khuyến nghị chuyển gân. Thủ thuật này sử dụng một gân hoạt động để đảm nhận công việc của gân bị tổn thương. Đối với liệt dây thần kinh quay, chuyển gân cung cấp một lựa chọn quan trọng thay thế cho tái tạo dây thần kinh, đặc biệt khi việc sớm trở lại làm việc là rất quan trọng. Trong các trường hợp liệt tứ chi, chuyển dây thần kinh và gân kết hợp được sử dụng để khôi phục khả năng nắm và thả. Chúng tôi thảo luận các lựa chọn này với bạn, đảm bảo bạn hiểu rõ các lợi ích và rủi ro tiềm năng trước khi tiến hành.

Những điều cần biết

Quá trình hồi phục của bạn phụ thuộc vào loại chấn thương cụ thể và phương pháp điều trị được lựa chọn. Nếu bạn bị tổn thương thần kinh, khả năng phục hồi cảm giác có thể diễn ra chậm và không hoàn toàn. Chỉ có 24% các dây thần kinh ngón tay đơn lẻ được khâu nối ở người lớn phục hồi cảm giác ở mức gần bằng hoặc tương đương với mức ước tính trước khi chấn thương. Điều này có nghĩa là hầu hết mọi người sẽ có một số thay đổi vĩnh viễn về cảm giác. Tuy nhiên, nếu bạn được ghép lại đầu ngón tay mà không cần khâu nối thần kinh, khả năng phục hồi cảm giác đầy đủ vẫn có thể xảy ra tại thời điểm theo dõi sau hai năm.

Khi việc khâu nối thần kinh đơn thuần không khôi phục được chức năng hữu ích, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể khuyên nên thực hiện chuyển gân. Thủ thuật này sử dụng một gân còn hoạt động để thay thế gân bị tổn thương. Đây là một lựa chọn hữu ích cho các tổn thương thần kinh trụ, giữa hoặc quay. Đây có thể là lựa chọn ưu tiên nếu việc sớm trở lại làm việc và cuộc sống xã hội là quan trọng đối với bạn. Một số bằng chứng cho thấy chuyển gân mang lại tỷ lệ kết quả lâm sàng vượt trội cao hơn so với chuyển thần kinh trong trường hợp liệt thần kinh quay đơn độc.

Bạn cũng có thể được khâu nối thần kinh và chuyển gân cùng một lúc. Phương pháp kết hợp này không cho thấy kết quả bất lợi và có thể cung cấp chức năng cải thiện hơn so với chỉ chuyển gân đơn thuần. Đối với các tổn thương thần kinh quay cao có khuyết tật từ 9 cm trở lên, việc cố gắng tái tạo thần kinh trước khi chuyển sang chuyển gân dường như được chỉ định trong vòng 8 tháng. Nếu bạn đến khám sớm và có thể chịu đựng thời gian dài hơn để phục hồi chức năng, bạn có thể là ứng viên tối ưu cho chuyển thần kinh thay vì chuyển gân.

Vật lý trị liệu là một phần quan trọng trong triển vọng hồi phục của bạn. Vật lý trị liệu sớm sau khi khâu nối gân tay mang lại lợi ích. Một phác đồ phục hồi chức năng được cá nhân hóa để phù hợp với bệnh lý gân cụ thể và phẫu thuật của bạn là điều cần thiết. Hầu hết các kết quả bất lợi sau các thủ thuật như cắt dây chằng A1 mở là đau ngắn hạn, cứng khớp và sưng. Các biến chứng nghiêm trọng như tổn thương thần kinh hoặc nhiễm trùng sâu là không phổ biến.

Nếu bỏ mặc, các tổn thương thần kinh và gân liên quan đến gãy xương có nguy cơ tàn tật lâu dài cao hơn. Nếu được quản lý tốt, nhiều bệnh nhân sẽ khôi phục được chức năng đáng kể. Chuyển gân cung cấp một lựa chọn quan trọng thay thế cho tái tạo thần kinh vi phẫu. Nó giúp khôi phục chức năng khi việc sửa chữa phẫu thuật thần kinh không khả thi hoặc không mang lại chức năng hữu ích. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ thảo luận về con đường nào mang lại cơ hội tốt nhất cho nhu cầu cụ thể của bạn.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy yêu cầu đánh giá bởi chuyên gia nếu bạn có cơn đau dai dẳng không cải thiện khi nghỉ ngơi, hoặc yếu đột ngột và mất ổn định ở bàn tay. Hãy tìm kiếm chăm sóc y tế khẩn cấp nếu các ngón tay bị khóa hoặc gập lại, hoặc nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn. Gãy xương có liên quan đến nguy cơ cao hơn đối với các tổn thương dây thần kinh và gân, có thể dẫn đến tàn tật lâu dài. Việc nhận biết sớm các tổn thương gân duỗi là chìa khóa trong quản lý điều trị. Nếu bạn có tổn thương dây thần kinh trụ cao với khuyết tật 9 cm hoặc lớn hơn, việc cố gắng tái tạo dây thần kinh trước khi tiến hành chuyển gân dường như được chỉ định trong vòng 8 tháng. Việc giới thiệu sớm giúp tối ưu hóa kết quả điều trị.