

Rách gân móng và phương pháp khâu vá

Trang này được dịch bằng máy và chưa được bác sĩ kiểm tra. **Bản tiếng Anh** là bản chính thức.

Tóm tắt quá trình hồi phục. Tổng hợp từ 25 nghiên cứu đã công bố — tốc độ hồi phục của riêng bạn có thể khác.

CÔNG VIỆC NHẸ làm việc tại bàn, lái xe, các công việc hàng ngày	HẦU HẾT CÁC HOẠT ĐỘNG HÀNG NGÀY công việc thủ công, thể thao, phòng gym	ĐỈNH ĐIỂM CỦA KẾT QUẢ CUỐI CÙNG đau và sức mạnh
—	24 months	24 months
	Thông thường, sau 24 tháng phẫu thuật, bệnh nhân sẽ có sự cải thiện đáng kể về mặt lâm sàng và chức năng.	Sau ít nhất 2 năm theo dõi, các kết quả được bệnh nhân đánh giá là tích cực và tỷ lệ phải phẫu thuật can thiệp thứ phát rất thấp.

Lý do phẫu thuật này được đề xuất

Tình trạng rách gân móng – những gân bám của các cơ giữ cho khung chậu ổn định khi bạn đi bộ – sẽ gây ra cơn đau âm ỉ ở phía hông, cơn đau này trở nên trầm trọng hơn khi có áp lực, khi đứng hoặc khi bạn đẩy chân ra ngoài.

Những tổn thương này thường xuất hiện do sự hao mòn dần theo thời gian, mặc dù một cú ngã cũng có thể gây ra tình trạng này. Thông thường chúng tôi bắt đầu bằng các biện pháp điều trị không phẫu thuật như thay đổi hoạt động sinh hoạt, vật lý trị liệu hoặc tiêm thuốc; phẫu thuật chỉ được cân nhắc khi các phương pháp trên không mang lại hiệu quả đáng kể. Việc phẫu thuật vá gân chỉ được thực hiện khi cả kết quả chẩn đoán hình ảnh lẫn kết quả khám lâm sàng đều cho thấy gân bị rách và khả năng vận động của hông bị suy giảm. Khi các triệu chứng nghiêm trọng, phẫu thuật đã giúp giảm đau ở 95% các ca được theo dõi. Mục tiêu của ca phẫu thuật là giảm đau, cải thiện sức mạnh cơ và giúp hông vững chắc hơn khi bạn đi bộ. Chúng tôi sẽ cùng bạn thảo luận về quyết định này.

Trước khi phẫu thuật

Khi kế hoạch phẫu thuật đã được xác định, chúng tôi sẽ cung cấp cho bạn những hướng dẫn rõ ràng để ngày phẫu thuật diễn ra suôn sẻ. Bạn cần ngừng ăn và uống 7 giờ trước khi phẫu thuật. Chúng tôi yêu cầu thời gian 7 giờ thay vì ít hơn nhằm tạo điều kiện dời lịch phẫu thuật lên sớm hơn nếu danh sách các ca mổ được thực hiện trước giờ. Một số loại thuốc có thể cần phải ngừng sử dụng; chúng tôi sẽ thông báo cho bạn loại thuốc nào và khi nào cần ngừng. Hãy mang theo danh sách ghi rõ tất cả các loại thuốc bạn đang dùng, sắp xếp người đưa đón về nhà, và mặc quần áo rộng rãi, thoải mái. Các hình ảnh chẩn đoán đã chụp như X-quang, MRI hoặc siêu âm sẽ hỗ trợ chúng tôi lên kế hoạch phẫu thuật. Nếu bạn mắc các bệnh lý khác, có thể bạn sẽ cần làm xét nghiệm máu hoặc được bác sĩ gây mê đánh giá lại tình trạng sức khỏe.

Vào ngày phẫu thuật

Bạn đến đơn vị tiếp nhận bệnh nhân phẫu thuật của bệnh viện, nơi bạn sẽ được làm thủ tục nhập viện và chuẩn bị cho ca mổ. Bạn sẽ gặp bác sĩ gây mê – người chịu trách nhiệm làm bạn ngủ và đảm bảo sự thoải mái trong suốt quá trình phẫu thuật. Ca mổ này được thực hiện dưới gây mê toàn thân. Đôi khi người ta còn áp dụng phương pháp chặn dây thần kinh vùng để giảm đau sau phẫu thuật; bác sĩ gây mê sẽ trao đổi với bạn về điều này vào ngày hôm đó.

Sau đó, bạn được đưa vào phòng mổ để tiến hành ca phẫu thuật. Khi ca mổ hoàn tất, bạn tỉnh dậy tại khu vực hồi sức. Các điều dưỡng sẽ theo dõi sát sao tình trạng của bạn cho đến khi tác dụng của thuốc mê hết. Khi sức khỏe ổn định, tùy thuộc vào loại phẫu thuật và diễn biến hồi phục, bạn sẽ được chuyển về phòng bệnh hoặc xuất viện về nhà.

Quy trình phẫu thuật

Mục đích của ca phẫu thuật là nối lại gân móng bị rách vào xương ở phía bên hông của bệnh nhân. Bác sĩ phẫu thuật sẽ lựa chọn một trong hai phương pháp; cả hai đều được thực hiện tại cùng một vị trí ở phía ngoài hông.

Một phương pháp là phẫu thuật nội soi, còn gọi là phục hồi bằng nội soi. Phương pháp này chỉ cần vài vết rạch nhỏ thay vì một vết rạch lớn. Một camera mỏng được đưa qua một trong các vết rạch để bác sĩ quan sát gân bị rách trên màn hình. Qua các vết rạch nhỏ còn lại, bác sĩ loại bỏ mô bị tổn thương và khâu gân trở lại vào xương. Nhờ các vết rạch nhỏ, phương pháp này ít gây tổn thương đến các cơ xung quanh. Một số trường hợp gân bị rách một phần có thể được khâu trực tiếp qua chính gân, nhờ đó phần ngoài khỏe mạnh của gân vẫn giữ nguyên vị trí gắn vào xương.

Phương pháp còn lại là phẫu thuật mở. Phương pháp này sử dụng một vết rạch lớn ở phía bên hông để bác sĩ có thể nhìn thấy và tiếp cận trực tiếp gân. Gân bị rách được khâu lại vào xương bằng các mũi khâu chắc chắn,

không bị hòa tan. Nếu vết rách quá lớn hoặc gân bị tách xa khỏi xương, bác sĩ có thể dùng mảnh mô ghép hoặc chuyển một sợi gân lân cận để lấp đầy khoảng trống và tăng độ vững chắc cho vết khâu.

Cả hai phương pháp trên đều có thể kết hợp với nội soi khớp hông – tức là quan sát bên trong khớp qua đường nội soi – nếu phát hiện các vấn đề khác như mòn sụn viên khớp hông (phân sụn bao quanh ổ khớp). Sau khi hoàn tất, các vết rạch được khâu lại và băng lại bằng gạc.

Sau khi phẫu thuật

Bạn sẽ tỉnh dậy tại phòng hồi sức, nơi các điều dưỡng sẽ theo dõi sát sao tình trạng của bạn khi thuốc gây mê dần hết tác dụng. Vùng hông của bạn sẽ cảm thấy đau nhức; chúng tôi sẽ cho bạn dùng thuốc giảm đau để giúp bạn cảm thấy dễ chịu hơn. Phía hông của bạn sẽ được băng bó bằng gạc phủ lên các vết khâu. Chúng tôi để băng bó như vậy trong khoảng 10 ngày; vui lòng đừng tháo nó ra trước thời hạn đó trừ khi chúng tôi yêu cầu. Chúng tôi sẽ thay hoặc gỡ băng bó khi khám lại cho bạn. Hầu hết bệnh nhân đều có thể đứng dậy và đi vài bước bằng nạng hoặc khung hỗ trợ ngay trong ngày hôm đó; chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn cách làm. Trong 24 giờ đầu tiên, nên có người ở bên cạnh bạn. Đội ngũ y tế sẽ thông báo cho bạn biết là bạn có thể về nhà ngay hay phải ở lại bệnh viện qua đêm.

Quá trình hồi phục

Trong vài ngày đầu, vùng hông của bạn sẽ cảm thấy đau và có thể sưng quanh vết khâu. Việc dùng thuốc giảm đau sẽ giúp bạn cảm thấy dễ chịu hơn; cơn đau thường giảm dần theo thời gian. Việc nằm nghỉ với một chiếc gối đặt dưới đầu gối cũng rất hữu ích. Bạn cũng có thể dùng túi đá được bọc trong khăn để giảm sưng.

Hầu hết mọi người đều có thể đứng dậy và đi vài bước bằng nạng hoặc khung hỗ trợ ngay trong ngày phẫu thuật. Chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn mức độ trọng lượng mà bạn có thể chịu đựng lên chân, đồng thời hướng dẫn các bài tập nhẹ nhàng. Những bài tập này giúp khớp hông vẫn cử động được và các cơ vẫn hoạt động trong lúc gân đang hồi phục. Bạn sẽ thực hiện các bài tập này tại nhà, từng chút một, và tăng dần độ khó khi hông đã khỏe hơn.

Tại nhà, bạn có thể di chuyển cẩn thận và thực hiện các công việc hàng ngày; tuy nhiên hãy tránh dùng lực mạnh lên vùng hông đang đau, tránh cúi người quá sâu hoặc nâng vật nặng cho đến khi bác sĩ cho phép. Việc nằm ngửa hoặc nằm nghiêng về phía không phải vùng phẫu thuật thường giúp bạn thoải mái hơn trong giai đoạn đầu. Khi tình trạng sưng giảm và việc đi lại trở nên ổn định, bạn sẽ dần thay thế nạng bằng việc đi bộ tự nhiên. Khi bác sĩ phẫu thuật thấy sức mạnh và khả năng vận động của bạn đã đủ tốt, bạn có thể lái xe và trở lại các hoạt động thường ngày.

Quá trình hồi phục có thể khác nhau tùy từng người. Lịch trình phục hồi của bạn có thể khác đi; bác sĩ phẫu thuật và chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn trong từng lần tái khám.

Những biến chứng có thể xảy ra

Hầu hết bệnh nhân đều hồi phục tốt, nhưng đôi khi vẫn có thể gặp phải các vấn đề. Bác sĩ phẫu thuật và đội ngũ y tế sẽ theo dõi sát sao để phát hiện sớm bất kỳ dấu hiệu bất thường nào.

Vấn đề chính mà chúng tôi chú ý theo dõi là tình trạng gân bị rách trở lại sau khi đã được khâu lại; điều này gọi là hiện tượng tái rách. Bạn có thể nhận thấy cơn đau ở vùng hông quay trở lại; đôi khi là cơn đau âm ỉ giống như trước khi phẫu thuật, hoặc cảm giác hông yếu đi, dễ bị mất thăng bằng khi đi bộ. Nếu cơn đau xuất hiện trở lại sau khi đã giảm hẳn, hãy báo ngay cho chúng tôi. Chúng tôi sẽ khám hông và chỉ định các xét nghiệm hình ảnh để kiểm tra xem gân có còn bám chắc hay không. Nếu gân thực sự bị rách lại và cơn đau vẫn tiếp diễn, đôi khi cần phải phẫu thuật lại để sửa chữa. Hãy nói với chúng tôi về bất kỳ cơn đau nào tái phát trong lần tái khám tiếp theo; nếu cơn đau gây khó chịu nhiều, hãy gọi cho phòng khám sớm hơn.

Thỉnh thoảng, việc sửa chữa gân cần phải tiến hành phẫu thuật lần thứ hai để đảm bảo gân bám chắc; ca phẫu thuật này gọi là phẫu thuật chỉnh sửa. Tình trạng này xảy ra khi gân lại bị rách và cơn đau quay trở lại. Các triệu chứng cũng tương tự: đau ở vùng hông vốn đã giảm đi, cảm giác yếu khi đứng hoặc đi bộ, và mất thăng bằng khi di chuyển. Nếu bạn nhận thấy những dấu hiệu này, hãy liên hệ ngay với chúng tôi thay vì chờ đợi. Chúng tôi sẽ đánh giá tình trạng và trao đổi cùng bạn về những thay đổi có thể xảy ra.

Một số bệnh nhân được chỉ định thay khớp hông thay vì sửa chữa gân cũng có thể gặp vấn đề liên quan đến gân hông. Nếu bạn sẽ được thay khớp hông và các gân hông đã bị tổn thương hoặc rách, sau phẫu thuật bạn có thể cảm thấy đau nhiều hơn ở mặt ngoài hông; hông cũng có thể không vững chắc hoặc không thoải mái như mong đợi trong quá trình hồi phục. Nếu các xét nghiệm hình ảnh cho thấy tình trạng này, chúng tôi sẽ trao đổi với bạn trước khi phẫu thuật và tiếp tục theo dõi kỹ vùng ngoài hông trong các lần tái khám sau đó.

Bảng các biến chứng ở trang này liệt kê tỷ lệ xảy ra của từng biến chứng nếu bạn muốn biết thông tin cụ thể.

Khi nào nên gọi cho chúng tôi

Hầu hết các vấn đề đều xuất hiện ngay từ đầu; vì vậy chúng tôi mong nhận được thông báo càng sớm càng tốt. Hãy gọi cho chúng tôi nếu cơn đau của bạn ngày càng tăng thay vì giảm, nếu vùng da quanh vết thương bị đỏ, nóng hoặc chảy dịch, hoặc nếu bạn bị sốt. Hãy đến phòng cấp cứu nếu bạn bị đau dữ dội đột ngột, sưng phù ở bắp chân, khó thở, tê ở chân, hoặc không thể cử động chân. Những triệu chứng này có thể là dấu hiệu của huyết khối hoặc tổn thương thần kinh và cần được kiểm tra ngay lập tức.

Rách gân móng và phương pháp khâu vá

Tỷ lệ biến chứng từ các tài liệu công bố

Được tổng hợp từ 25 nghiên cứu đã được công bố. Đây là các tỷ lệ ở cấp độ dân số, không phải là nguy cơ cá nhân của bạn — bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ thảo luận về những gì áp dụng cho bạn.

BIẾN CHỨNG	TỶ LỆ ĐƯỢC BÁO CÁO	GHI CHÚ
Tình trạng gân bị rách lại	—	Phương pháp vá gân nội soi có tỷ lệ gân bị rách lại thấp hơn so với phương pháp vá mở; tỷ lệ cụ thể phụ thuộc vào từng nghiên cứu và việc có sử dụng vật liệu cấy ghép hay không.
Phẫu thuật sửa chữa lại	—	Tỷ lệ phải phẫu thuật sửa chữa lại sau khi vá gân nội soi rất thấp; tuy nhiên vẫn có một vài trường hợp phải phẫu thuật lại do gân bị rách lại hoặc đau tái phát.
Nhiễm trùng sâu	—	Không có số liệu đáng tin cậy cho riêng loại phẫu thuật này; các rủi ro chung của mọi ca phẫu thuật vẫn được áp dụng.
Thuyên tắc huyết khối	—	Không có số liệu đáng tin cậy cho riêng loại phẫu thuật này.
Tổn thương dây thần kinh	—	Không có số liệu đáng tin cậy cho riêng loại phẫu thuật này.
Tình trạng cứng khớp cần can thiệp điều trị	—	Không có số liệu đáng tin cậy cho riêng loại phẫu thuật này.
Chảy máu/huyết tụ	—	Không có số liệu đáng tin cậy cho riêng loại phẫu thuật này.
Đau	—	Đau tái phát là một biến chứng có thể xảy ra khi gân bị rách lại, đặc biệt là trong các ca phẫu thuật sửa chữa hoặc ca có sử dụng vật liệu cấy ghép.

Tôi đã đọc thông tin này và có cơ hội đặt câu hỏi cho bác sĩ Hirpara về thủ thuật, quá trình hồi phục dự kiến và các biến chứng được liệt kê ở trên.

BỆNH NHÂN – HỌ TÊN (VIẾT RÕ)	CHỮ KÝ	NGÀY
------------------------------	--------	------