

Trật khớp sau phẫu thuật thay khớp háng

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

Những cảm giác bạn đang trải qua

Khi khớp háng nhân tạo bị trật, phần “quả cầu” của khớp mới sẽ trượt ra khỏi “ô khớp”. Thông thường bạn sẽ nhận biết ngay điều này xảy ra. Chân có thể trông ngắn hơn hoặc xoay theo hướng bất thường; bạn không thể chịu trọng lượng cơ thể lên chân hay cử động nó như bình thường. Tình trạng này gây đau đớn và hoảng sợ, nhưng khớp vẫn có thể được đưa trở lại vị trí ban đầu.

Một số trường hợp khớp háng không bị trật hoàn toàn; thay vào đó chỉ bị trượt một phần rồi trở lại vị trí cũ. Hiện tượng này gọi là trật khớp một phần (subluxation). Bạn có thể cảm nhận được tiếng “cách” nhẹ, cơn đau dữ dội sâu trong vùng háng, cùng cảm giác khớp háng không vững chắc hoặc sắp bị trật.

Cơn đau thường xuất hiện sâu trong vùng háng hoặc mông, có thể lan xuống phía trước đùi hướng về phía đầu gối. Cơn đau thường trở nên dữ dội hơn khi bạn gập háng quá mức, xoay người khi chân vẫn đặt vững trên mặt đất, hoặc cúi người về phía trước từ một chiếc ghế thấp. Việc đứng dậy từ bồn cầu, ngồi xuống chiếc ghế sâu, hoặc cúi xuống nhặt vật gì đó trên sàn đều có thể gây đau. Việc lên xuống xe hơi cũng gặp khó khăn do ghế thấp và phải xoay người nhiều.

Vào ban đêm, khi bạn lăn người trên giường, hoặc sáng sớm sau nhiều giờ nằm yên, cơn đau thường trở nên tồi tệ nhất. Tuy nhiên, khi bắt đầu vận động nhẹ nhàng, cơn đau thường giảm dần.

Trong sinh hoạt hàng ngày, những hoạt động đòi hỏi phải gập háng sâu hoặc bắt chéo chân sẽ trở nên khó khăn: đi tất, mang giày, cắt móng chân, ngồi trên ghế thấp, hoặc quỳ gối làm vườn. Bạn có thể phải dùng gậy chống khi đi ra ngoài vì không tin tưởng vào độ vững chắc của khớp háng trên những địa hình gồ ghề.

Nếu khớp háng của bạn đã bị trật nhiều lần, bạn có thể bắt đầu tránh mọi cử động và lên kế hoạch cho mọi chuyến đi dựa trên vị trí của những chiếc ghế và tay vịn gần nhất. Đây là phản ứng rất phổ biến; bạn nên chia sẻ điều này với bác sĩ phẫu thuật của mình.

Chuyện gì đang xảy ra thực sự

Khớp háng mới của bạn gồm một “quả cầu” nằm trong “ổ khớp”. Ở khớp háng bình thường, các dải mô chắc khỏe xung quanh khớp cùng với các cơ vùng háng giúp giữ chặt quả cầu này vào vị trí. Trong quá trình phẫu thuật, một số dải mô này bị kéo giãn hoặc cắt đi để tiếp cận khớp; chúng cần thời gian và sự chăm sóc đặc biệt để lành lại. Cho đến khi chúng hồi phục, quả cầu có thể bị trượt ra khỏi ổ khớp nếu chân bị gập hoặc xoay quá mức.

Phần “ổ khớp” là một cái chén nằm trong khung chậu, còn quả cầu nằm ở đầu xương đùi. Bên trong chén khớp có một vành mềm mịn giúp giữ quả cầu lại, tương tự như miếng đệm niêm phong nắp hộp. Khi mọi thứ được sắp xếp đúng vị trí, quả cầu sẽ giữ nguyên ở giữa ngay cả khi chịu lực. Tuy nhiên, nếu góc giữa chén khớp và quả cầu khiến quả cầu không được che phủ đầy đủ, hoặc nếu các cơ vùng háng yếu đi, quả cầu có thể trượt lên trên vành mềm này rồi bị tách ra khỏi ổ khớp. Đó chính là hiện tượng trật khớp mà bạn đã cảm nhận được; điều này cũng giải thích tại sao những động tác như gập sâu hoặc xoay người khi chân vẫn đặt trên mặt đất lại dễ gây ra tình trạng này.

Một số khớp háng có nguy cơ trật cao hơn những khớp khác. Nếu bạn được thay khớp háng sau khi bị gãy xương háng, nếu bạn mắc các bệnh ảnh hưởng đến thăng bằng hoặc tư thế như bệnh Parkinson, hoặc nếu đã từng phẫu thuật nối cột sống vùng thắt lưng, khớp háng sẽ thiếu đi những cơ chế bảo vệ tự nhiên. Tình trạng tương tự cũng xảy ra ở những khớp háng đã từng bị chấn thương hoặc phẫu thuật làm suy yếu các cơ phía ngoài háng. Bác sĩ phẫu thuật sẽ cân nhắc tất cả các yếu tố này khi lên kế hoạch phẫu thuật; có nhiều loại implant và kỹ thuật phẫu thuật giúp tăng độ ổn định cho khớp trong những trường hợp nguy cơ cao.

Những biện pháp chúng tôi có thể áp dụng

Bước đầu tiên sau khi khớp háng bị trật là đưa khớp trở lại vị trí ban đầu. Sau đó, chúng tôi xác định nguyên nhân khiến khớp háng của bạn không ổn định và tìm ra phương pháp điều trị phù hợp. Thông thường, chúng tôi sẽ thử các biện pháp không phẫu thuật trước: điều chỉnh cách vận động và vật lý trị liệu nhằm tăng cường sức mạnh cho các cơ giữ khớp háng ổn định. Chúng tôi sẽ cho phương pháp này thời gian thử nghiệm hợp lý trước khi cân nhắc phẫu thuật.

Để giảm đau trong giai đoạn này, các loại thuốc giảm đau và thuốc chống viêm thông thường có thể giúp bạn cảm thấy dễ chịu và tiếp tục vận động. Chúng tôi sẽ tư vấn cho bạn loại thuốc nào phù hợp nhất.

Nếu khớp háng vẫn tiếp tục bị trật dù đã áp dụng mọi biện pháp trên, lúc đó mới cân nhắc phẫu thuật. Có hai hướng điều trị chính. Một là sửa chữa lại khớp nhân tạo, tức là thay thế một phần hoặc toàn bộ các bộ phận để tăng độ ổn định cho khớp. Một lựa chọn là sử dụng loại chậu khớp có hai bề mặt chuyển động, gọi là chậu khớp đa di động, giúp giữ chắc viên bi khớp hơn. Hướng thứ hai áp dụng khi lần thay khớp đầu tiên chỉ là thay một phần sau chấn thương gãy xương háng: chuyển sang thay toàn bộ khớp háng. Cả hai phương pháp

đều là những ca phẫu thuật phức tạp hơn lần đầu, và chúng tôi sẽ giải thích rõ những rủi ro cao hơn cho bạn trước khi bạn đưa ra quyết định. Đây là quyết định được đưa ra chung giữa bạn và chúng tôi.

Nơi thực hiện phẫu thuật cũng là yếu tố quan trọng. Chúng tôi thực hiện ca mổ tại bệnh viện có kinh nghiệm dày dặn trong lĩnh vực này; các bằng chứng khoa học cho thấy tỷ lệ trật khớp háng thấp hơn khi cả bác sĩ phẫu thuật và bệnh viện đều có số lượng ca mổ khớp háng lớn.

Nếu lần thay khớp đầu tiên của bạn được thực hiện qua mặt sau hông, việc thực hiện chương trình vật lý trị liệu sớm và có hệ thống sẽ giúp giảm nguy cơ trật khớp tái phát. Và nếu bạn cần phẫu thuật, chúng tôi sẽ điều chỉnh phương pháp điều trị sao cho phù hợp với cấu trúc khớp háng, các yếu tố rủi ro và nhu cầu cá nhân của bạn; bởi không có một phương pháp nào phù hợp với tất cả mọi người.

Những điều có thể xảy ra

Hầu hết các khớp háng bị trật một lần thì sẽ không bị trật lại nữa. Khớp háng được đưa trở lại vị trí ban đầu, các mô xung quanh lành lại, và với sự chăm sóc đúng cách thì khớp sẽ ổn định. Nhiều người không bao giờ gặp phải tình trạng trật khớp lần thứ hai. Tuy nhiên, một số khớp háng vẫn có thể bị trật lại; những khớp háng đã trật nhiều lần có xu hướng tiếp tục trật trừ khi được điều trị.

Khả năng này phụ thuộc vào tình trạng riêng của từng khớp háng. Đối với hầu hết những người lần đầu phẫu thuật thay khớp háng, nguy cơ trật khớp trong vòng 2 năm là 3,5%. Nếu ca phẫu thuật được thực hiện sau khi bị gãy xương háng, nguy cơ sẽ cao hơn: khoảng 1 trên 20 bệnh nhân bị trật khớp trong vòng một năm. Như đã đề cập trước đó, nguy cơ trật khớp cũng tăng lên sau phẫu thuật hợp nhất cột sống hoặc ở những người mắc các bệnh như bệnh Parkinson.

Nếu khớp háng vẫn tiếp tục bị trật, phẫu thuật nhằm ổn định khớp thường mang lại hiệu quả. Khi các bộ phận của khớp nhân tạo được thay đổi để giữ chắc hơn phần “quả cầu” của khớp, tình trạng trật khớp sẽ không xảy ra nữa ở 91% những người có khớp háng không ổn định. Đó là thực tế: phần lớn các trường hợp đều được khắc phục bằng phẫu thuật bổ sung, nhưng không phải tất cả.

Việc để khớp háng không ổn định là điều không nên làm. Khớp háng liên tục bị trật sẽ làm hư hại các bộ phận nhân tạo cũng như xương xung quanh, và sau ca thay khớp háng một phần, nó có thể làm mòn lớp sụn còn lại trong ổ cối. Theo thời gian, điều này gây ra tình trạng cứng khớp, đau đớn và viêm khớp; đồng thời khiến các ca phẫu thuật sau này trở nên khó khăn hơn. Càng để khớp háng bị trật lâu, việc đưa nó trở lại vị trí bình thường càng khó đạt kết quả tốt.

Tóm lại: Một lần trật khớp, nếu được điều trị kịp thời và kết hợp với các biện pháp phòng ngừa cùng việc tăng cường sức mạnh cơ bắp, thường sẽ ổn định và không tái phát. Ngược lại, các lần trật khớp lặp đi lặp lại hiếm khi tự khỏi; chúng cần được đánh giá đúng mức và thường phải can thiệp bằng phẫu thuật. Nếu bạn tránh vận động, lên kế hoạch sinh hoạt dựa vào ghế ngồi và tay vịn, hoặc lo sợ khớp háng sẽ lại bị trật, hãy

trao đổi với bác sĩ phẫu thuật. Những dấu hiệu này cần được xử lý sớm, trước khi tình trạng khớp háng hay sự tự tin của bạn bị suy giảm thêm.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Nếu khớp háng của bạn bị trật, cần được xử lý ngay lập tức. Hãy đến phòng cấp cứu nếu bạn không thể chịu trọng lượng lên chân, nếu chân có vẻ ngắn hơn hoặc bị xoay bất thường, hoặc nếu cơn đau dữ dội và không thể cử động khớp háng. Cần đưa khớp háng trở lại vị trí ban đầu càng sớm càng tốt; thời gian trật càng lâu thì việc này càng khó khăn. Hãy yêu cầu được khám bởi chuyên gia gấp nếu bạn cảm thấy có tiếng “cạch” kèm đau dữ dội vùng háng nhưng khớp háng tự động trở lại vị trí, hoặc nếu khớp háng đã bị trật nhiều lần. Ngoài ra, hãy thông báo cho bác sĩ phẫu thuật nếu bạn xuất hiện tình trạng tê mới, cảm giác kiến bò hoặc yếu ở chân, mất cá chân; vì dây thần kinh chạy dọc phía sau chân có thể bị ảnh hưởng.