

Gãy cổ xương đùi

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

Những triệu chứng bạn đang gặp phải

Gãy cổ xương đùi có nghĩa là phần xương ở hông, ngay dưới khớp nối đã bị nứt. Cơn đau thường xuất hiện ở vùng bên, phía ngoài hông hoặc dọc theo mặt trước đùi. Thông thường cơn đau rất dữ dội đến mức bạn không thể chịu được trọng lượng cơ thể lên chân đó.

Chân có thể trông ngắn hơn chân kia, và bàn chân có thể bị xoay ra ngoài. Cả hai dấu hiệu này xảy ra do các mảnh xương gãy đã dịch chuyển khỏi vị trí ban đầu.

Đôi khi vết gãy hoàn toàn không bị dịch chuyển. Những vết nứt kiểu này khó phát hiện hơn, và mức độ đau cũng nhẹ hơn. Bạn vẫn có thể đi lại hoặc bước đi vài bước ngắn. Cơn đau vùng bên hoặc hông thường trở nên dữ dội hơn khi bạn cử động chân, đứng dậy khỏi ghế hoặc leo cầu thang. Việc chỉ đứng trên chân đó cũng gây đau đớn.

Một số trường hợp gãy xảy ra sau khi ngã hoặc va chạm mạnh. Những trường hợp khác là gãy do quá tải – những vết nứt nhỏ hình thành dần theo thời gian chứ không phải do một chấn thương duy nhất. Với gãy do quá tải, cơn đau thường xuất hiện trong lúc vận động và giảm đi khi nghỉ ngơi; đôi khi cơn đau còn kéo dài vào ban đêm hoặc khi bạn vừa ngồi/ nằm xuống rồi mới bắt đầu cử động.

Các hoạt động hàng ngày đòi hỏi sự vững chắc của khớp hông trở nên khó khăn. Việc ngồi xuống hoặc đứng dậy khỏi bồn cầu, bước vào vòi sen, đi bộ đến hộp thư hoặc mang theo giỏ đồ mua sắm đều có thể vượt quá khả năng của bạn. Bạn có thể thấy mình không thể nâng chân lên để mang tất và giày.

Nếu bạn vừa bị ngã, cơn đau hông vẫn không thuyên giảm hoặc bạn không thể chịu được trọng lượng cơ thể lên chân, hãy tìm sự chăm sóc y tế ngay lập tức. Một số vết gãy không hiện rõ trên phim X-quang lần đầu. Nếu cơn đau vẫn tiếp diễn, có thể cần thực hiện thêm các phương pháp chẩn đoán hình ảnh để phát hiện vết gãy trước khi nó bị dịch chuyển.

Chuyện gì đang xảy ra thực sự

Khớp háng của bạn là một khớp hình cầu và ổ. Phần “quả cầu” nằm ở đầu xương đùi; đoạn xương ngắn nối phần này với phần còn lại của xương đùi được gọi là cổ xương đùi. Gãy cổ xương đùi là tình trạng xuất hiện vết nứt ở đoạn xương ngắn này.

Cổ xương đùi chịu toàn bộ trọng lượng từ cơ thể truyền xuống chân, giống như cột trụ nâng đỡ một ban công vậy. Nó còn được bao quanh bởi một lớp mô chặt chẽ; bên trong lớp mô này có các mạch máu nuôi dưỡng phần “quả cầu” của khớp. Điều này khiến các vết gãy ở cổ xương đùi khác biệt so với hầu hết các loại gãy xương khác. Khi cổ xương đùi bị nứt, các mạch máu nuôi dưỡng phần “quả cầu” có thể bị giãn, bị chèn ép hoặc rách. Nếu thiếu máu, xương không thể giữ được sức khỏe hay liên lại đúng cách.

Đây là lý do khiến hai dạng gãy này có diễn biến khác nhau rõ rệt. Nếu các mảnh xương chưa bị dịch chuyển, hệ thống cung cấp máu thường vẫn hoạt động bình thường và xương có thể liên lại. Ngược lại, nếu các mảnh xương đã bị dịch chuyển, các mạch máu dễ bị tổn thương, khiến phần “quả cầu” của khớp gặp nguy cơ.

Khoảng 3/4 các trường hợp gãy cổ xương đùi đều có tình trạng giảm lưu lượng máu đến phần “quả cầu”; tuy nhiên ở hầu hết các trường hợp này, lưu lượng máu sẽ phục hồi trong vòng khoảng sáu tuần.

Quá trình liên xương ở đây cũng chậm hơn so với các vùng xương khác. Do nằm trong lớp mô chặt chẽ, hai đầu xương gãy không thể hình thành lớp sẹo dày, dạng keo như khi các vết gãy khác liên lại. Xương phải tự lành từ bên trong; vì vậy các mảnh xương cần được giữ cố định và sắp xếp đúng vị trí để việc phục hồi thành công.

Còn một lý do nữa khiến những vết gãy này đáng lưu tâm: chúng thường xảy ra ở những vùng xương đã trở nên mỏng và yếu hơn; do đó vết gãy vừa là dấu hiệu của tình trạng xương giòn, vừa là một chấn thương riêng biệt. Khi các mảnh xương bị dịch chuyển, chân có thể bị ngăn lại và bàn chân bị xoay ra ngoài; điều này chính là những gì bạn có thể đã nhận thấy ở phần trên.

Những gì chúng tôi có thể làm

Trước hết là chụp X-quang. Nếu kết quả X-quang bình thường nhưng cơn đau vẫn tiếp diễn, chúng tôi có thể chỉ định chụp CT hoặc MRI, vì một số vết gãy không hiện rõ trên những phim chụp đầu tiên.

Gãy hông là chấn thương về cấu trúc, vì vậy đối với hầu hết mọi người, phẫu thuật được khuyến nghị ngay lập tức thay vì chỉ nghỉ ngơi và tập vật lý trị liệu trước. Mục tiêu của điều trị là giữ các mảnh xương gãy ở đúng vị trí để chúng có thể liên lại từ bên trong, đồng thời bảo vệ nguồn cung cấp máu cho khớp hông. Đối với một số trường hợp có vết nứt nhỏ mà các mảnh xương không bị di lệch, chúng tôi có thể thảo luận về việc để xương tự lành mà không cần phẫu thuật. Tuy nhiên, cách này đòi hỏi bạn phải hạn chế vận động chân trong 4–6 tuần, và vẫn có nguy cơ vết gãy di lệch sau đó dẫn đến việc phải phẫu thuật. Chúng tôi sẽ cùng bạn cân nhắc kỹ những yếu tố này.

Khi quyết định phẫu thuật, lựa chọn phương pháp sẽ phụ thuộc vào độ tuổi, loại vết gãy và mức độ di lệch của các mảnh xương. Đối với người trẻ tuổi và những người vẫn còn hoạt động nhiều trong công việc hoặc thể thao, chúng tôi cố gắng giữ lại khớp hông tự nhiên của bạn. Các mảnh xương sẽ được nắn lại và cố định bằng kim loại, thường là đinh vít hoặc tấm kim loại kèm đinh vít được thiết kế riêng cho vùng đùi này. Đối với một số vết gãy, đặc biệt là khi các mảnh xương đã di lệch hoặc xương có độ giòn cao, chúng tôi có thể đề nghị thay thế một phần hoặc toàn bộ khớp hông. Ngay cả trong trường hợp phẫu thuật ban đầu không thành công, việc thay khớp hông vẫn là phương pháp hiệu quả và được dung nạp tốt. Chúng tôi sẽ cùng bạn thảo luận về phương án phù hợp nhất với chấn thương của bạn, và bạn sẽ là người quyết định cùng với chúng tôi.

Những điều có thể mong đợi

Tiên lượng phụ thuộc vào độ tuổi, loại gãy và mức độ các mảnh xương bị di lệch. Hầu hết bệnh nhân đều được điều trị thành công; nhiều người có thể quay lại các hoạt động mà họ từng làm trước khi bị chấn thương. Quá trình hồi phục diễn ra từ từ: trong vài tuần, vài tháng, cơn đau sẽ giảm dần, sức mạnh cơ thể tăng lên và khả năng đi lại cũng được cải thiện từng bước.

Tuy nhiên, cũng cần đặt ra những giới hạn thực tế. Một số người vẫn giữ được mức độ chức năng khớp háng thấp hơn so với trước đây; một vài trường hợp còn cần phẫu thuật thêm sau này. Nếu vùng đầu xương đùi mất nguồn cung cấp máu hoặc xương bị sụp xuống, kết quả điều trị sẽ kém hơn. Việc sụp xuống quá 15 mm có liên quan đến khó khăn trong quá trình liền xương và mất chức năng nhiều hơn. Khoảng 1/6 số người sống sót ít nhất 10 năm sau khi bị gãy khớp háng; điều này phản ánh độ tuổi và tình trạng sức khỏe tổng thể của những bệnh nhân này, chứ không phải do chính vết gãy.

Việc không điều trị gãy khớp háng hầu như không phải là lựa chọn an toàn. Nếu các mảnh xương đã bị di lệch, việc chân chừ sẽ làm tình trạng thiếu máu nuôi xương trở nên tồi tệ hơn; vì vậy những ca gãy này cần được điều trị ngay lập tức nhằm bảo vệ khớp háng và cải thiện chức năng vận động. Ngay cả những vết nứt chưa bị di lệch cũng cần có kế hoạch điều trị rõ ràng, vì chúng có thể thay đổi về sau. Những ca gãy này thường xảy ra ở những người có xương đã mỏng yếu; do đó vết gãy vừa là dấu hiệu của tình trạng xương giòn, vừa là một chấn thương riêng biệt. Việc tăng cường sức mạnh cho xương là yếu tố quan trọng để bảo vệ khớp háng còn lại và sức khỏe lâu dài của bạn.

Bác sĩ phẫu thuật sẽ giải thích cho bạn những bằng chứng y khoa liên quan đến chấn thương cụ thể của bạn, cũng như mức độ hồi phục mà bạn có thể đạt được.

Khi nào nên đi khám bác sĩ

Hãy đến phòng cấp cứu ngay lập tức nếu bạn bị ngã hoặc va đập mạnh và không thể chịu trọng lượng lên chân, hoặc nếu chân có vẻ sưng hơn và bàn chân bị xoay ra ngoài. Những trường hợp gãy xương này cần được xử lý gấp: thời gian các mảnh xương bị lệch càng lâu thì nguy cơ tổn thương nguồn cung cấp máu đến

khớp càng cao. Hãy yêu cầu được khám cấp cứu nếu sau khi ngã bạn bị đau vùng hông hoặc bẹn mà cơn đau vẫn không thuyên giảm; ngay cả khi bạn vẫn có thể đi lại được, vì một số dạng gãy xương này không hiện rõ trên phim X-quang ban đầu. Nếu bạn đang điều trị gãy xương đùi mà vẫn bị đau hông ở cùng bên, hãy yêu cầu bác sĩ kiểm tra cả vùng hông đó nữa. Cơn đau mới xuất hiện hoặc ngày càng tăng sau khi chấn thương hông đã bắt đầu hồi phục cũng cần được đánh giá ngay lập tức.