CQ HAND + UPPER LIMB
SPECIALIST ORTHOPAEDIC SURGEON

PATIENT INFORMATION

Nội soi khớp gối

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

Lý do phẫu thuật này được đề xuất

Nội soi khớp gối là phương pháp phẫu thuật xâm lấn tối thiểu. Bác sĩ phẫu thuật quan sát bên trong khớp gối qua những vết rạch nhỏ bằng cách sử dụng camera mỏng, từ đó có thể điều trị các vấn đề phát hiện được. Chúng tôi thường đề xuất phương pháp này cho những người bị sưng khớp, khớp bị khóa, có cảm giác "vướng" hoặc khớp gối bị yếu đi, khi kết quả khám lâm sàng và X-quang cho thấy có nguyên nhân nằm bên trong khớp. Việc chụp MRI không phải lúc nào cũng cần thiết trước khi tiến hành phẫu thuật này. Đối với bệnh viêm khớp do thoái hóa, chúng tôi có thể khuyến nghị phẫu thuật sau khi đã áp dụng liệu pháp vận động trong 3 tháng mà triệu chứng vẫn không thuyên giảm. Mục đích của ca phẫu thuật là giảm đau và cải thiện khả năng vận động cũng như chức năng của khớp gối.

Trước khi phẫu thuật

Trước khi phẫu thuật, bạn cần nhịn ăn và uống trong bảy giờ. Chúng tôi yêu cầu thời gian bảy giờ thay vì sáu giờ để có thể sắp xếp lịch phẫu thuật sớm hơn nếu danh sách các ca phẫu thuật được hoàn thành trước thời hạn. Bác sĩ phẫu thuật sẽ hướng dẫn bạn loại thuốc nào cần ngừng dùng và vào thời điểm nào; vì vậy hãy mang theo danh sách các loại thuốc bạn đang dùng. Hãy nhờ ai đó đưa bạn về nhà sau phẫu thuật vì lúc đó bạn sẽ chưa đủ điều kiện để tự lái xe. Vào ngày phẫu thuật, hãy mặc quần áo rộng rãi và thoải mái. Các hình ảnh chẩn đoán như X-quang hoặc chụp MRI sẽ hỗ trợ việc lập kế hoạch phẫu thuật; chúng tôi đã có sẵn những hình ảnh này từ quá trình đánh giá ban đầu. Nếu bạn mắc các bệnh lý khác, có thể bạn sẽ cần làm xét nghiệm máu hoặc được bác sĩ gây mê thăm khám, nhưng hầu hết mọi người thì không cần.

CQ HAND + UPPER LIMB
Dr Kieran Hirpara — Specialist Orthopaedic Surgeon
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700
Phone 07 4863 6556 · office@cqupperlimb.com.au · cqupperlimb.com.au

Vào ngày phẫu thuật

Bạn sẽ đến khu vực tiếp nhận bệnh nhân phẫu thuật của bệnh viện, nơi bạn được làm thủ tục nhập viện và chuẩn bị cho ca mổ. Bạn sẽ gặp bác sĩ gây mê – người chịu trách nhiệm về việc gây mê và giảm đau cho bạn trong suốt ca phẫu thuật. Ca mổ này được thực hiện dưới gây mê toàn thân. Đôi khi, phương pháp chặn dây thần kinh vùng cũng được áp dụng 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 sẽ được đưa vào phòng mổ để tiến hành ca phẫu thuật.

Khi ca mổ hoàn tất, bạn sẽ tỉnh dậy tại khu vực hồi sức. Các điều dưỡng sẽ theo dõi 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 mức độ hồi phục, bạn sẽ được chuyển đến phòng bệnh hoặc xuất viện về nhà. Rất nhiều bệnh nhân có thể về nhà ngay trong ngày.

Quy trình phẫu thuật

Nội soi khớp gối là phương pháp phẫu thuật xâm lấn tối thiểu. Bác sĩ phẫu thuật sẽ tạo ra hai hoặc ba vết rạch nhỏ, mỗi vết dài khoảng 1 cm, xung quanh phía trước đầu gối. Qua một vết rạch, một ống nội soi mỏng được đưa vào để truyền hình ảnh bên trong khớp lên màn hình. Các vết rạch còn lại dùng để đưa các dụng cụ phẫu thuật vào. Một số vấn đề nằm ở phía sau khớp gối; trong những trường hợp này, có thể cần thêm một vết rạch nhỏ nữa để tiếp cận được vùng đó.

Những gì diễn ra trong quá trình phẫu thuật phụ thuộc vào nguyên nhân gây ra các triệu chứng của bạn. Những mảnh sụn hoặc xương lỏng lẻo khiến khớp gối bị kẹt hoặc khó cử động có thể được loại bỏ. Sụn chêm bị rách – tấm đệm đàn hồi có chức năng giảm chấn cho khớp gối – có thể được cắt tỉa sao cho có mép mịn và ổn định. Những vùng sụn bị mòn hoặc rách trên bề mặt khớp cũng có thể được xử lý bằng các dụng cụ đặc biệt. Nếu tổn thương sụn lan xuống tận xương, bác sĩ phẫu thuật có thể khoan những lỗ nhỏ trên bề mặt xương để kích thích chảy máu; máu đông lại sẽ dần hình thành một lớp mô mới, mịn màng hơn – quá trình này mất khoảng 8 tuần. Trong suốt ca phẫu thuật, khớp gối cũng được rửa sạch bằng dịch tiêm để loại bỏ các mảnh vụn và mô bị kích ứng.

Các vết rạch rất nhỏ nên chỉ cần khâu lại bằng chỉ khâu đơn giản hoặc dùng băng dính y tế, sau đó phủ gạc lên trên. Vì vết thương nhỏ nên không cần thời gian hồi phục lâu. Hầu hết bệnh nhân không còn bị hạn chế vận động liên quan đến khớp gối sau 4 tuần phẫu thuật; nhiều người thậm chí có thể thực hiện phẫu thuật này theo hình thức ngoại trú. Bác sĩ phẫu thuật sẽ thông báo cho bạn biết những gì được phát hiện bên trong khớp gối và các biện pháp điều trị đã thực hiện; điều này sẽ giúp xây dựng kế hoạch hồi phục phù hợp.

Sau phẫu thuật

Bạn sẽ tỉnh dậy tại khu vực hồi sức, nơi các y tá theo dõi tình trạng của bạn trong lúc thuốc gây mê dần hết tác dụng. Vết mổ nhỏ ở đầu gối sẽ được băng bó; chúng tôi để băng bó này 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. Trước khi xuất viện, chúng tôi sẽ hướng dẫn cách giảm đau; đội ngũ y tế sẽ giải thích cho bạn loại thuốc nào nên dùng và khi nào dùng. Hầu hết bệnh nhân có thể đi lại ngay trong ngày với sự hỗ trợ của nhân viên y tế. Trong 24 giờ đầu sau khi về nhà, cần có người ở bên cạnh bạn. Đội ngũ y tế sẽ thông báo cho bạn biết là bạn có về nhà ngay hay phải ở lại bệnh viện qua đêm.

Quá trình hồi phục

Trong vài ngày đầu sau phẫu thuật, đầu gối của bạn sẽ bị đau và sưng. Tình trạng sưng thường đạt đỉnh điểm ngay sau đó và dần giảm dần trong những tuần tiếp theo. Việc nâng cao đầu gối khi ngồi hoặc nằm sẽ hữu ích; chườm đá cũng giúp giảm cảm giác khó chịu. Hãy uống các loại thuốc giảm đau mà đội ngũ y tế đã kê đơn trước khi xuất viện; việc dùng thuốc đúng giờ sẽ hiệu quả hơn là chờ cho cơn đau trở nên dữ dội.

Hầu hết bệnh nhân có thể đi bộ ngay trong ngày phẫu thuật. Chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn thực hiện các bài tập nhằm phục hồi khả năng vận động và tăng cường sức mạnh cho các cơ đùi hỗ trợ đầu gối. Việc thực hiện các bài tập nhẹ nhàng nhưng thường xuyên còn quan trọng hơn là tập quá sức. Bạn có thể di chuyển quanh nhà tùy theo khả năng; nhiều người đã có thể thực hiện các công việc sinh hoạt đơn giản chỉ sau vài ngày. Tuy nhiên, hãy tránh nâng vật nặng, ngồi xổm và tham gia các hoạt động thể thao cho đến khi bác sĩ phẫu thuật và chuyên viên vật lý trị liệu cho phép.

Các vết mổ nhỏ sẽ lành nhanh chóng; băng gạc sẽ được giữ lại khoảng 10 ngày trước khi chúng tôi kiểm tra lại. Khi tình trạng sưng giảm, việc gập và duỗi thẳng đầu gối sẽ dễ dàng hơn. Khi bạn đã có thể đi bộ vững chắc và cảm thấy đầu gối ổn định, bạn có thể dần dần trở lại các hoạt động bình thường. Bạn có thể lái xe trở lại khi đã ngừng dùng các loại thuốc giảm đau mạnh và có khả năng phản ứng nhanh trong các tình huống khẩn cấp; hãy tham khảo hướng dẫn của chúng tôi về việc lái xe sau phẫu thuật để biết những điều cụ thể áp dụng cho bạn.

Quá trình hồi phục có thể khác nhau tùy từng người. Một số trường hợp đầu gối hồi phục trong vài tuần, một số khác cần thời gian lâu hơn. Bác sĩ phẫu thuật và chuyên viên vật lý trị liệu sẽ xác định lộ trình hồi phục phù hợp với 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.

Nhiễm trùng là biến chứng thường gặp nhất sau ca phẫu thuật này. Vùng da quanh các vết mổ nhỏ có thể bị đỏ, nóng và đau; vết đỏ có thể lan rộng ra từ vết thương. Bạn có thể thấy dịch hoặc mủ rỉ ra từ vết mổ, hoặc cảm thấy sốt. Các loại thuốc giảm đau thông thường có thể không giúp cải thiện cơn đau âm ỉ, dữ dội. Hãy

thông báo ngay cho phòng khám nếu nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào như vậy thay vì chờ đến lần khám tiếp theo.

Cục máu đông ở chân là một biến chứng khác mà chúng tôi luôn theo dõi. Thông thường, chân bị sưng đột ngột và đau nhức, thường chỉ ở một chân. Vùng bắp chân có thể cảm thấy nóng hoặc đỏ hơn bình thường. Một số cục máu đông không gây ra triệu chứng gì, vì vậy chúng tôi sẽ trao đổi với bạn về nguy cơ này trước phẫu thuật và thực hiện các biện pháp nhằm giảm thiểu rủi ro. Nếu chân bị sưng và đau, hãy gọi ngay cho phòng khám trong ngày. Nếu bạn thấy khó thở hoặc đau ngực, hãy đến ngay phòng cấp cứu.

Trong quá trình phẫu thuật nội soi, các dây thần kinh gần khớp gối đôi khi có thể bị kích thích. Triệu chứng có thể là tê, cảm giác kiến bò hoặc vùng da mất cảm giác. Hầu hết các triệu chứng này sẽ tự hết, nhưng hãy báo cho bác sĩ khi đi tái khám nếu bạn vẫn còn cảm giác tê hoặc kiến bò để chúng tôi theo dõi kỹ hơn.

Sau phẫu thuật, khớp gối đôi khi cứng hơn mức dự kiến. Việc gập hoặc duỗi thẳng gối có thể vẫn khó khăn ngay cả khi sưng đã giảm; bạn cũng có thể cảm thấy khớp bị kẹt hoặc có tiếng kêu lạo xạo. Hãy tiếp tục thực hiện các bài tập vật lý trị liệu và thông báo cho chuyên viên vật lý trị liệu hoặc bác sĩ phẫu thuật nếu khớp gối không mềm ra.

Các vấn đề về vết thương như vết mổ chảy dịch liên tục hoặc không lành lại rất hiếm gặp, nhưng cần được phát hiện sớm. Hãy cho chúng tôi biết nếu có bất kỳ dấu hiệu bất thường nào về các vết mổ khi thay băng vào khoảng ngày thứ 10 sau phẫu thuật.

Bảng các biến chứng dưới đây 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 biến chứng sau ca phẫu thuật này đều ít gặp, nhưng một vài trường hợp cần được xử lý ngay lập tức. Hãy gọi cho chúng tôi nếu bạn bị sốt, vết mổ ngày càng đỏ hoặc có dịch tiết ra, hoặc đau dữ dội đột ngột ở đầu gối. Hãy gọi cho chúng tôi ngay trong ngày nếu vùng bắp chân bị sưng và đau. Hãy đến phòng cấp cứu nếu bạn thở gấp hoặc bị đau ngực. Hãy đến phòng cấp cứu nếu bạn mất cảm giác ở chân hoặc không thể cử động chân được. Nếu bạn cảm thấy có điều gì không ổn mà chưa chắc chắn, hãy gọi cho chúng tôi thay vì chờ đến lần khám tiếp theo.

CQ HAND + UPPER LIMB
Dr Kieran Hirpara — Specialist Orthopaedic Surgeon
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700
Phone 07 4863 6556 · office@cqupperlimb.com.au · cqupperlimb.com.au