

Sửa chữa cơ ngực lớn

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 15 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
4-6 weeks	5-6 months	9-12 months
Đeo đai đỡ tay trong 3 tuần đầu và bỏ dần trước tuần thứ 6; có thể làm việc văn phòng sớm khi vẫn đeo đai, và các sinh hoạt nhẹ hằng ngày trở lại dần khi tháo đai.	Việc tăng dần tải lên cơ ngực bắt đầu lại từ khoảng tuần thứ 9 và tập tăng cường sức mạnh từ tuần thứ 14; theo quy trình của phòng khám, có thể sớm trở lại thể thao vào tháng thứ 5-6.	Khả năng thực hiện các động tác nâng đẩy mạnh – như bài tập bench press và các bài tương tự – là yếu tố cuối cùng được phục hồi; sức mạnh này tiếp tục cải thiện dần trong khoảng một năm sau phẫu thuật.

Lý do phẫu thuật này được đề xuất

Bác sĩ Kieran Hirpara, bác sĩ phẫu thuật chi trên tại Bệnh viện Mater Private Rockhampton, sẽ lựa chọn phương pháp điều trị phù hợp với chấn thương cụ thể của bạn. Cơ ngực lớn là cơ vùng ngực có chức năng kéo cánh tay về phía thân người. Khi cơ này bị rách khỏi xương hoặc bị đứt dọc theo chiều dài, phẫu thuật sẽ giúp khâu các đầu rách lại đúng vị trí. Thông thường, các bệnh nhân được bác sĩ đa khoa giới thiệu đến phòng khám chúng tôi; nếu vật lý trị liệu viên khuyên bạn nên đến gặp chúng tôi, bạn vẫn cần có đơn giới thiệu từ bác sĩ đa khoa để được hưởng mức hoàn trả từ chương trình Medicare. Chúng tôi xác nhận tình trạng rách cơ dựa trên tiền sử bệnh, kết quả khám lâm sàng và các chẩn đoán hình ảnh nếu cần thiết.

Phẫu thuật này thường được chỉ định cho những người còn năng động, bị rách cơ hoàn toàn và cần phục hồi toàn bộ sức mạnh cơ bắp để làm việc hoặc tham gia thể thao. Việc phẫu thuật giúp phục hồi sức mạnh tốt hơn

so với việc để nguyên vết rách, đồng thời giúp khôi phục lại hình dáng tự nhiên của vùng ngực. Đối với các trường hợp rách cơ đã kéo dài lâu, khi các đầu cơ không thể khâu lại trực tiếp, chúng tôi có thể tái tạo gân bằng mô hiến tặng. Phẫu thuật mang lại hiệu quả tốt nhất khi được thực hiện sớm sau chấn thương, mặc dù vẫn có thể phẫu thuật muộn hơn. Hầu hết bệnh nhân đều trở lại làm việc, với thời gian trung bình là 1,6 tháng; trong một nghiên cứu trên quân nhân đang tại ngũ, 94% đã trở lại thực hiện đầy đủ nhiệm vụ. Chúng tôi sẽ cùng bạn thảo luận về những con số này để cùng quyết định phương pháp điều trị phù hợp với mục tiêu của bạn.

Trước khi phẫu thuật

Sau khi lịch phẫu thuật của bạn được xác nhận, chúng tôi sẽ cung cấp những hướng dẫn cụ thể để bạn tuân theo. Bạn cần ngừng ăn và uống 7 giờ trước khi phẫu thuật. Chúng tôi yêu cầu thời gian 7 giờ thay vì 6 giờ nhằm có thể sắp xếp cho bạn phẫu thuật sớm hơn nếu lịch mổ được đẩy lên trước. Một số loại thuốc cần phải ngừng sử dụng trước khi phẫu thuật; chúng tôi sẽ thông báo cho bạn biết loại thuốc nào áp dụng với bạn. Hãy mang theo danh sách tất cả các loại thuốc bạn đang dùng, bao gồm cả viên uống, thuốc nhỏ mắt và các sản phẩm thảo dược. Hãy sắp xếp người đưa đón về nhà sau phẫu thuật vì bạn sẽ không thể tự lái xe được. Hãy mặc quần áo rộng rãi, thoải mái và dễ cởi ra. Nếu bạn mắc các bệnh lý khác, có thể bạn sẽ cần làm xét nghiệm máu hoặc gặp bác sĩ gây mê để khám lại; tuy nhiên hầu hết mọi người đều không cần làm những việc này.

Vào ngày phẫu thuật

Bạn sẽ đến khoa tiếp nhận bệnh nhân phẫu thuật của bệnh viện, nơi bạn sẽ được làm thủ tục nhập viện và chuẩn bị cho ca mổ. Sau đó, bạn sẽ gặp bác sĩ gây mê – người chịu trách nhiệm làm bạn ngủ và đảm bảo sự thoải mái cho bạn trong suốt ca phẫu thuật. Ca mổ này được thực hiện dưới gây mê toàn thân. Đôi khi, bác sĩ gây mê sẽ đề xuất thêm phương pháp chặn dây thần kinh vùng để giảm đau sau phẫu thuật; ông ấy sẽ trao đổi với bạn về vấn đề này vào ngày hôm đó. Tiếp theo, bạn sẽ được đưa vào phòng mổ để tiến hành ca phẫu thuật. Sau khi mổ xong, bạn sẽ tỉnh dậy tại khu hồi sức, nơi các y tá sẽ theo dõi tình trạng sức khỏe của bạn cho đến khi tác dụng của thuốc mê hết. Khi tình trạng sức khỏe ổn định, bạn sẽ được chuyển sang phòng bệnh hoặc xuất viện về nhà, tùy thuộc vào loại phẫu thuật và diễn biến hồi phục của bạn.

Quy trình phẫu thuật

Mục đích của ca phẫu thuật là khâu nối lại gân bị rách vào xương cánh tay, để cơ có thể hoạt động bình thường trở lại. Bác sĩ phẫu thuật sẽ rạch một đường ở vùng trước ngực và vai nhằm tiếp cận hai đầu gân bị rách. Sau đó, các đầu gân được khâu lại với nhau bằng chỉ khâu chắc chắn, giúp chúng gắn chặt vào xương trong quá trình lành thương.

Trong trường hợp vết rách đã xảy ra từ lâu khiến hai đầu gân co ngắn lại và không thể nối trực tiếp với nhau, bác sĩ có thể tái tạo lại gân bằng mô hiến tặng hoặc sử dụng tấm mô đã được xử lý để củng cố vết khâu. Việc lựa chọn phương pháp nào phụ thuộc vào tình trạng thực tế mà bác sĩ quan sát được trong lúc phẫu thuật.

Cuối cùng, vết mổ được khâu lại bằng chỉ và băng lại bằng gạc vô trùng.

Sau khi phẫu thuật

Khi tỉnh dậy, cánh tay của bạn sẽ được đặt trong chiếc đai đỡ đơn giản để giảm đau. Chiếc đai này sẽ được tháo ra khi bạn tập luyện hoặc vệ sinh. Đội ngũ y tế sẽ thông báo cho bạn biết là bạn có thể về nhà ngay trong ngày hay phải ở lại bệnh viện qua đêm. Các y tá sẽ giúp bạn giảm đau và cảm thấy dễ chịu hơn; vùng da quanh vết mổ có thể hơi đau trong vài ngày. Vui lòng sắp xếp người thân ở bên cạnh bạn trong 24 giờ đầu tiên. Bạn có thể di chuyển trong nhà tùy theo khả năng, nhưng vẫn phải đeo đai đỡ cho cánh tay. Chúng tôi sẽ giữ băng gạc trên vết mổ khoảng 10 ngày; xin đừng tự ý tháo ra trước thời hạn đó trừ khi có chỉ định của bác sĩ. Chúng tôi sẽ thay hoặc gỡ băng gạc khi khám lại cho bạn.

Quá trình hồi phục

Trong vài ngày đầu, vùng ngực và vai của bạn sẽ cảm thấy đau nhức và sưng tấy. Việc dùng thuốc giảm đau sẽ giúp bạn cảm thấy dễ chịu hơn; tình trạng đau nhức thường giảm dần trong khoảng một tuần đầu. Việc nghỉ ngơi với cánh tay được nâng đỡ cũng rất hữu ích; chườm đá có thể giúp giảm sưng.

Cánh tay của bạn sẽ được đặt trong chiếc đai đỡ đơn giản để tăng sự thoải mái. Chiếc đai này sẽ được tháo ra khi bạn thực hiện các bài tập hoặc vệ sinh cá nhân. Chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn thực hiện các động tác nhẹ nhàng ban đầu; sau đó sẽ dạy các bài tập tăng cường sức mạnh khi vết thương bắt đầu lành lại. Bạn có thể di chuyển quanh nhà tùy theo khả năng của mình, nhưng trong một thời gian ngắn vẫn cần sự trợ giúp cho những công việc nặng nhọc. Trong những ngày đầu, việc nằm ngửa với cánh tay được nâng đỡ thường mang lại cảm giác thoải mái hơn.

Khi tình trạng sưng giảm và khả năng vận động phục hồi, các hoạt động sinh hoạt hàng ngày cũng trở nên dễ dàng hơn. Khi bác sĩ phẫu thuật xác nhận rằng vết thương đã lành ổn định, bạn sẽ dần dần trở lại các hoạt động như nâng vật nặng, đi làm và chơi thể thao. Việc lái xe chỉ được phép sau khi bạn đã tháo đai đỡ, có thể cầm vô lăng bằng cả hai tay, phản ứng nhanh trong các tình huống khẩn cấp và ngưng dùng các loại thuốc giảm đau mạnh. Hướng dẫn của chúng tôi về [việc lái xe sau phẫu thuật chi trên](#) sẽ giải thích chi tiết vấn đề này.

Quá trình hồi phục có thể khác nhau tùy từng người. Thời gian hồi phục của bạn có thể không giống người khác; bác sĩ phẫu thuật và chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn từng bước trong suốt quá trình này.

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.

Đôi khi vết khâu không giữ được và gân lại bị rách. Bạn có thể cảm nhận được tiếng “pop” đột ngột hoặc cảm giác yếu đi ở vùng ngực, kèm theo mất sức khi đẩy hoặc kéo. Nếu điều này xảy ra, hãy thông báo ngay cho bác sĩ phẫu thuật.

Nhiễm trùng có thể xuất hiện quanh vết mổ. Hãy chú ý nếu thấy vùng da đỏ lan rộng ra từ vết cắt, nóng lên, đau tăng dần hoặc có dịch chảy ra từ vết thương. Bạn cũng có thể bị sốt hoặc cảm thấy mệt mỏi. Hãy gọi cho phòng khám nếu nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào vì nhiễm trùng cần được điều trị kịp thời.

Sau phẫu thuật, máu có thể tích tụ dưới vết mổ. Điều này tạo thành một khối sưng cứng, đau nhức gần vết cắt; bạn có thể cảm thấy căng tức hoặc nhói đau. Hãy nói với bác sĩ khi đi tái khám, hoặc gọi ngay cho phòng khám nếu khối sưng phát triển nhanh hoặc gây đau dữ dội.

Dù vết khâu đã lành tốt, hình dáng vùng ngực có thể không hoàn toàn giống như trước. Một số người nhận thấy sự khác biệt nhỏ về đường nét cơ bắp khi soi gương hoặc khi co cơ. Thông thường đây chỉ là vấn đề thẩm mỹ chứ không gây đau đớn; tuy nhiên nếu bạn lo lắng, hãy đề cập với bác sĩ trong lần tái khám tới.

Vài tuần sau phẫu thuật, vai có thể bị cứng và đau – tình trạng này gọi là vai đông cứng. Bạn sẽ gặp khó khăn khi giơ tay lên cao, đưa tay ra sau lưng hoặc sang bên hông; tình trạng cứng khớp còn có thể ảnh hưởng đến giấc ngủ. Hãy thông báo cho chuyên viên vật lý trị liệu hoặc bác sĩ phẫu thuật vì việc điều trị sớm sẽ giúp phục hồi vận động.

Bảng các biến chứng dưới đây liệt kê tỷ lệ xảy ra điển hình nếu bạn muốn biết thông tin cụ thể.

Khi nào nên gọi cho chúng tôi

Hãy tin vào trực giác của mình. Nếu có điều gì đó không ổn, hãy gọi cho chúng tôi. Hãy liên hệ phòng khám nếu bạn bị sốt, hoặc vết thương trở nên đỏ hơn, nóng hơn, đau hơn, hoặc có dịch tiết ra từ vết thương. Hãy gọi cho chúng tôi nếu vùng sưng gần vết cắt tăng kích thước nhanh chóng hoặc gây đau dữ dội. Hãy đến phòng cấp cứu nếu bạn bị đau ngực hoặc cánh tay dữ dội đột ngột, sưng hoặc đau ở bắp chân, hoặc khó thở. Hãy đến phòng cấp cứu nếu cánh tay bạn bị tê, đổi màu, hoặc bạn không thể cử động được. Nếu bạn cảm thấy có tiếng “pop” đột ngột ở ngực kèm theo mất sức, hãy gọi cho chúng tôi ngay lập tức.

Sửa chữa cơ ngực lớn

Tỷ lệ biến chứng từ các tài liệu công bố

Được tổng hợp từ 15 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.	3.1%	Trong phân tích tổng hợp gồm 664 ca chấn thương, tỷ lệ gân bị rách lại sau phẫu thuật là 3,08%.
Các biến chứng nói chung.	14.2%	Trong cùng phân tích tổng hợp nêu trên, tỷ lệ biến chứng tổng thể sau phẫu thuật là 14,21%; hầu hết các biến chứng này đều nhẹ. Việc phẫu thuật trong giai đoạn cấp tính mang lại kết quả tốt hơn về chức năng và thẩm mỹ so với phẫu thuật muộn; vì vậy việc bệnh nhân đến khám sớm là rất quan trọng.
Tình trạng cứng khớp và sự mất cân đối về hình dáng vùng điều trị.	—	Một số trường hợp vẫn có thể xuất hiện sự khác biệt về hình dáng vùng điều trị ngay cả sau khi phẫu thuật thành công, đặc biệt là ở những ca gân bị rách lâu ngày.
Nhiễm trùng hoặc các vấn đề liên quan đến vết thương.	—	Tình trạng này ít gặp trong các ca phẫu thuật sửa chữa lần đầu.

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