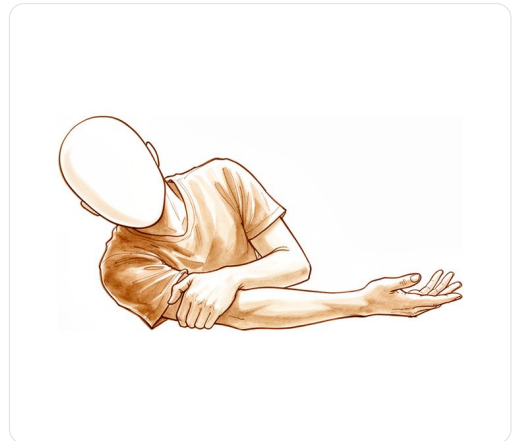


Gãy đầu xương quay

X-quang cho thấy gãy đầu xương quay – một chấn thương phổ biến sau khi ngã với cánh tay duỗi thẳng.

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



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

Những gì bạn đang cảm nhận

Bạn có thể sẽ cảm thấy đau ngay ở bên ngoài khuỷu tay. Cơn đau này thường bùng phát khi bạn cố gắng xoay cẳng tay, chẳng hạn như khi mở cửa hoặc sử dụng tua vít. Các hoạt động đơn giản như với tay ra sau lưng để cài áo ngược hoặc nhét áo vào quần có thể trở nên rất khó khăn. Bạn có thể thấy khó nâng vật hoặc mang đồ tạp hóa vì khớp cảm thấy không vững chắc.

Các triệu chứng của bạn có thể trở nên nghiêm trọng hơn vào ban đêm hoặc vào buổi sáng sớm. Nhiều bệnh nhân báo cáo rằng việc nằm ngủ ở bên bị thương là không thể do cảm giác âm ỉ đau. Cơn đau thường quay trở lại sau khi bạn sử dụng cánh tay cho các hoạt động hàng ngày. Trong khi một số gãy xương ổn định và lành lại tốt mà không cần phẫu thuật, những trường hợp khác gây ra sự khó chịu đáng kể, hạn chế khả năng vận động của bạn.

Nếu chấn thương của bạn liên quan đến nhiều hơn chỉ xương, bạn có thể cảm thấy cảm giác lỏng lẻo hoặc không vững chắc ở khuỷu tay. Điều này có thể xảy ra nếu các cấu trúc khác xung quanh khớp cũng bị tổn thương. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét kỹ lưỡng các khu vực này để đảm bảo mọi thứ được sửa chữa đúng cách. Nếu không được chăm sóc thích hợp, tình trạng không vững chắc này có thể dẫn đến kết quả lâu dài kém. Hầu hết mọi người bị gãy xương nhẹ đều nhận thấy rằng nghỉ ngơi và vận động nhẹ nhàng giúp cơn đau giảm dần theo thời gian.

Những gì thực sự đang xảy ra

Khi bạn gãy phần trên của xương cẳng tay, bạn thường làm tổn thương các mô mềm đóng vai trò như một miếng đệm xung quanh khớp khuỷu tay. Chấn thương này có thể làm rách các dây chằng giữ khớp của bạn lại với nhau, tương tự như một sợi cao su bị kéo giãn và mất đi độ đàn hồi. Nếu xương vỡ thành nhiều mảnh, tính ổn định của toàn bộ cánh tay của bạn sẽ bị đe dọa, và các cấu trúc khác cũng có thể trở nên mất ổn định.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét kỹ lưỡng cách khớp được căn chỉnh để quyết định xem nó có thể tự lành hay cần được sửa chữa. Nếu xương vỡ thành ba mảnh trở lên, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể thay thế phần xương bị gãy bằng một cây ghép kim loại. Mảnh kim loại này đóng vai trò như một bộ giảm xóc mới để giữ cho cánh tay của bạn vận động trơn tru. Trong nhiều trường hợp, bệnh nhân đáp ứng tốt với việc thay thế này, và kết quả dài hạn cho thấy 96% bệnh nhân có kết quả chức năng thỏa đáng.

Ngay cả khi xương lành tốt, bạn có thể nhận thấy một số độ cứng hoặc thay đổi ở khớp theo thời gian. X-quang thường cho thấy viêm xương khớp do hao mòn trong hầu hết các trường hợp sau khi loại bỏ sớm phần xương bị gãy. Tuy nhiên, nếu bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể sửa chữa hoặc thay thế xương một cách thích hợp, bạn có thể khôi phục lại chức năng tốt. Hầu hết bệnh nhân bị chấn thương phức tạp đều có thể đạt được kết quả tốt, mặc dù một số người vẫn có thể cảm thấy không hài lòng với quá trình hồi phục của mình.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Đối với nhiều loại gãy xương ổn định, bạn có thể bắt đầu bằng việc tự chăm sóc và vật lý trị liệu. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể khuyên nghỉ ngơi cánh tay và sử dụng nạng treo tay trong một thời gian ngắn. Vật lý trị liệu nhằm mục đích khôi phục tầm vận động và sức mạnh của khuỷu tay bạn. Hầu hết bệnh nhân bị gãy xương đơn độc, ổn định đều đạt kết quả xuất sắc với phương pháp điều trị không phẫu thuật này. Ngay cả những vết gãy có di lệch nhỏ từ 2 đến 3 mm cũng thường lành tốt mà không cần phẫu thuật. Bạn nên dành cho phương pháp điều trị bảo tồn này một cơ hội công bằng trước khi xem xét các bước khác.

Nếu tình trạng đau vẫn tiếp diễn, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể thảo luận về các lựa chọn y tế để giúp bạn kiểm soát các triệu chứng. Mặc dù bằng chứng ghi nhận rằng việc tiêm gây tê tại chỗ sau khi hút dịch khớp không mang lại lợi ích thêm, nhưng các phương pháp điều trị khác có thể được sử dụng cho các vấn đề cụ thể như viêm khớp. Đối với một số bệnh nhân bị viêm xương khớp do hao mòn sau gãy xương, việc tiêm cortisone hoặc axit hyaluronic có thể mang lại sự giảm đau. Những mũi tiêm này nhắm vào tình trạng viêm hoặc bôi trơn khớp để giảm đau. Hiệu quả của các phương pháp điều trị này khác nhau, nhưng chúng thường được sử dụng khi chức năng chung bị hạn chế bởi sự khó chịu hơn là do chính vết gãy xương.

Phẫu thuật được xem xét khi việc chăm sóc bảo tồn đạt đến giới hạn hoặc xương bị vỡ quá mức để có thể sửa chữa. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể khuyên thay thế xương bị gãy bằng một implant kim loại nếu nó không thể được tái tạo. Lựa chọn này thường được chọn cho các vết gãy phức tạp có nhiều hơn ba mảnh vỡ hoặc khi dây chằng cũng bị tổn thương. Trong các trường hợp chấn thương bộ ba kinh hoàng (terrible triad), bác sĩ

phẫu thuật của bạn có thể chọn sửa chữa xương nếu có thể cố định ổn định. Mục tiêu của phẫu thuật là khôi phục sự ổn định và chức năng khi các phương pháp không phẫu thuật là không đủ.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu bạn có cơn đau dai dẳng không cải thiện khi nghỉ ngơi, hoặc nếu bạn cảm thấy yếu và mất ổn định ở khuỷu tay. Hãy yêu cầu đánh giá bởi bác sĩ chuyên khoa nếu khuỷu tay của bạn bị khóa hoặc đột ngột mất sức, hoặc nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn. Hãy tìm kiếm sự giúp đỡ ngay lập tức nếu bạn nhận thấy các triệu chứng xấu đi đột ngột. Chẩn đoán kịp thời là rất quan trọng để tránh các biến chứng như mất ổn định cẳng tay. Hầu hết các chấn thương nhẹ được phát hiện trên hình ảnh chẩn đoán không gây ra triệu chứng, nhưng nếu cơn đau của bạn tiếp tục, cần đánh giá thêm để đảm bảo các cấu trúc đúng đắn được điều trị.