

Giải phóng khuỷu tay quần vợt

Viêm gân duỗi khuỷu tay (Tennis elbow): gân duỗi bị thoái hóa tại vị trí bám vào mỏm ngoài của xương trụ (phần xương nhô ra ở mặt ngoài của khuỷu tay). Phẫu thuật cắt bỏ loại bỏ mô gân bị tổn thương.

Kieran Hirpara © 2014



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

Lý do phẫu thuật này được đề xuất

Viêm gân ngoài xương khuỷu (tennis elbow) là một tình trạng phổ biến, trong đó các gân ở mặt ngoài khuỷu tay bị đau và viêm. Hầu hết mọi người đều hồi phục trong vòng sáu tháng đến một năm mà không cần phẫu thuật, và khoảng 90% bệnh nhân thấy các triệu chứng tự thuyên giảm trong vòng một năm. Vì bác sĩ phẫu thuật không thể dự đoán ai sẽ tự khỏi mà không cần hỗ trợ, họ thường khuyến nghị thử các phương pháp điều trị không phẫu thuật trước.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn đã đề xuất ca phẫu thuật này vì bạn có các triệu chứng dai dẳng không cải thiện với các phương pháp chăm sóc tiêu chuẩn. Thủ thuật này bao gồm việc tạo một vết rạch nhỏ để giải phóng gân bị căng gây đau cho bạn. Nó được thiết kế dành cho nhóm nhỏ bệnh nhân không đáp ứng với các phương pháp khác. Mục tiêu chính là giảm đau lâu dài và giúp bạn trở lại các hoạt động bình thường.

Trước khi phẫu thuật

Hầu hết những người bị viêm gân căng tay (tennis elbow) sẽ hồi phục mà không cần phẫu thuật, vì vậy bác sĩ phẫu thuật có thể đề nghị bạn thử các phương pháp điều trị không phẫu thuật trước. Bạn có thể cần chụp X-quang hoặc MRI để kiểm tra khuỷu tay, hoặc làm xét nghiệm máu để đảm bảo sức khỏe phù hợp cho thủ thuật. Vui lòng nhịn ăn trước khi phẫu thuật và ngừng sử dụng một số loại thuốc theo hướng dẫn của bác sĩ phẫu thuật. Hãy sắp xếp để có người đưa bạn về nhà và mang theo danh sách tất cả các loại thuốc hiện tại bạn đang dùng. Mặc trang phục thoải mái khi đến cuộc hẹn. Bác sĩ phẫu thuật sẽ thực hiện một cuộc phẫu thuật mở bằng một vết rạch duy nhất trên vùng đau.

Vào ngày phẫu thuật

Bạn sẽ đến bệnh viện và gặp bác sĩ phẫu thuật cùng bác sĩ gây mê. Họ sẽ xem xét tình trạng sức khỏe của bạn và trả lời mọi thắc mắc trước khi bạn được chuyển đến phòng mổ. Phẫu thuật này được thực hiện dưới gây mê toàn thân. Bạn sẽ hoàn toàn mất ý thức trong suốt quá trình phẫu thuật. Một số bệnh nhân có thể được gây tê vùng để giảm đau sau mổ; bác sĩ gây mê sẽ quyết định vào ngày phẫu thuật dựa trên tình trạng cá nhân của từng bệnh nhân.

Bác sĩ phẫu thuật sẽ thực hiện một vết rạch thông thường duy nhất tại vị trí phẫu thuật để tiến hành giải phóng. Thủ thuật diễn ra ngắn gọn, và bạn sẽ tỉnh lại ở khu vực hồi sức khi thuốc mê tan dần. Bạn sẽ nghỉ ngơi tại đây trong một thời gian ngắn trong khi đội ngũ điều dưỡng kiểm tra đảm bảo bạn ổn định và thoải mái trước khi xuất viện.

Thủ thuật phẫu thuật bao gồm

Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ thực hiện một vết rạch duy nhất ở phần ngoài của khuỷu tay. Đây là phương pháp mở, nghĩa là họ làm việc trực tiếp qua vết rạch này thay vì sử dụng các camera nội soi nhỏ. Họ sẽ tách các mô một cách cẩn thận để tiếp cận gân gây ra cơn đau của bạn.

Bên trong, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ loại bỏ phần gân bị tổn thương tại vị trí nó bám vào xương. Họ cũng có thể nhẹ nhàng cạo bề mặt xương để thúc đẩy quá trình lành bệnh. Quy trình này được gọi là giải phóng (release). Nó loại bỏ các mô mòn không còn hoạt động đúng chức năng. Sau khi vùng tổn thương được làm sạch, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ khâu hoặc dán kín vết rạch.

Thủ thuật chỉ tập trung vào vị trí cụ thể nơi gân bị xơ. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ không cần sử dụng các neo hoặc vít đặc biệt cho quá trình giải phóng này. Họ chỉ đơn giản là loại bỏ mô hư hỏng và để cơ thể bạn tự lành các phần còn lại. Phương pháp tiếp cận trực tiếp này cho phép họ nhìn thấy chính xác những gì cần được sửa chữa.

Sau phẫu thuật

Bạn sẽ tỉnh lại tại khu vực hồi sức. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sử dụng một vết rạch thông thường duy nhất trên khuỷu tay của bạn. Bạn sẽ được băng bó và đeo nạng hoặc nẹp ở cánh tay. Đau đớn được kiểm soát bằng thuốc tiêu chuẩn. Đây thường là một ca phẫu thuật ngày, vì vậy bạn có thể mong đợi được ra về trong cùng ngày, mặc dù đôi khi bệnh nhân phải ở lại qua đêm. Bạn cần có ai đó ở lại bên bạn trong 24 giờ đầu để giúp đỡ. Hầu hết bệnh nhân cảm thấy tốt hơn nhanh chóng, mặc dù phục hồi hoàn toàn có thể mất từ 12 đến 18 tháng.

Phục hồi

Hầu hết những người bị viêm gân căng tay ngoài đều thấy các triệu chứng tự thuyên giảm trong vòng một năm. Cơ thể bạn có một nhịp độ lành bệnh ổn định, thường làm giảm đau trong vòng ba đến bốn tháng. Vì quá trình phục hồi diễn ra tự nhiên ở đa số bệnh nhân, phẫu thuật thường chỉ được dành cho những trường hợp không cải thiện sau khi nghỉ ngơi và thực hiện liệu pháp. Nếu bạn tiến hành phẫu thuật, bạn có thể mong đợi tỷ lệ hài lòng với kết quả gần 90%.

Sau phẫu thuật mở, bạn sẽ có một vết rạch nhỏ duy nhất nằm trên vùng đau ở khuỷu tay. Trong vài ngày đầu, bạn có thể cảm thấy một số sưng nề và khó chịu xung quanh khu vực này. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ hướng dẫn cách sử dụng nạng treo tay hoặc nẹp để bảo vệ cánh tay trong khi nghỉ ngơi. Bạn có thể cân ngửa với cánh tay được nâng cao một chút để giúp giảm sưng.

Khi tình trạng sưng nề giảm bớt, bạn sẽ bắt đầu các bài tập vận động nhẹ nhàng cùng với nhà vật lý trị liệu. Bạn sẽ tập trung vào việc khôi phục sức mạnh và tầm vận động mà không gây căng thẳng cho gân đang lành. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ cho bạn biết khi nào an toàn để quay trở lại các hoạt động hàng ngày như lái xe hoặc nâng vật. Thời gian phục hồi cụ thể của bạn có thể khác với những người khác, vì vậy hãy tuân thủ chặt chẽ lời khuyên từ bác sĩ phẫu thuật và nhóm vật lý trị liệu của bạn.

Những biến chứng có thể xảy ra

Hầu hết bệnh nhân đều hồi phục tốt, nhưng đôi khi có thể xảy ra các vấn đề. Bác sĩ phẫu thuật và đội ngũ y tế sẽ theo dõi bạn chặt chẽ để phát hiện sớm bất kỳ vấn đề nào.

Đôi khi cơn đau ở khuỷu tay bên ngoài của bạn không biến mất sau phẫu thuật. Điều này có khả năng xảy ra hơn nếu bạn đã được tiêm nhiều lần trước khi phẫu thuật. Nếu các triệu chứng của bạn không cải thiện, hãy thông báo cho bác sĩ phẫu thuật của bạn trong lần tái khám tiếp theo.

Nhiễm trùng là một nguy cơ có thể xảy ra với phẫu thuật mở. Bạn có thể nhận thấy tình trạng đỏ lan rộng từ vết mổ, cảm giác nóng lên hoặc sưng nề ngày càng tăng. Nếu bạn thấy những dấu hiệu này, hãy gọi cho phòng khám ngay lập tức để được điều trị.

Hiếm khi, phẫu thuật có thể không đạt hiệu quả như mong muốn, và bạn có thể cần một cuộc phẫu thuật khác sau này. Điều này không phổ biến, nhưng nếu cơn đau của bạn quay trở lại hoặc trở nên nghiêm trọng hơn theo thời gian, hãy thông báo cho bác sĩ phẫu thuật.

Bác sĩ phẫu thuật sử dụng phương pháp mở với một vết rạch duy nhất ở khuỷu tay. Mặc dù có các phương pháp khác, nhưng kỹ thuật cụ thể này mang lại nguy cơ biến chứng tương tự như các cách thức phẫu thuật khác.

Bảng biến chứng trên trang này liệt kê các tỷ lệ điển hình nếu bạn muốn biết chi tiết.

Khi nào nên gọi cho chúng tôi

Gọi cho chúng tôi nếu bạn bị sốt, đỏ tăng lên, hoặc có dịch tiết từ vết thương. Đến phòng cấp cứu nếu bạn cảm thấy đau dữ dội đột ngột, sưng ở bắp chân, hoặc khó thở. Liên hệ ngay với chúng tôi nếu bạn mất cảm giác hoặc không thể cử động cánh tay. Hầu hết các trường hợp viêm gân cẳng tay (tennis elbow) sẽ tự khỏi trong vòng 6 tháng mà không cần phẫu thuật. Tuy nhiên, chúng tôi cần thăm khám nếu triệu chứng không cải thiện hoặc trở nên nặng hơn.