

# Tiêm Cortisone và Corticosteroid

Một mũi tiêm corticosteroid có thể làm giảm viêm trong khớp hoặc gân, giúp giảm đau và hỗ trợ quá trình phục hồi chức năng.

Kieran Hirpara © ① ③ 4.0



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

## Giới thiệu

Tiêm cortisone là một mũi thuốc chống viêm được đưa trực tiếp vào khớp hoặc mô mềm. Bác sĩ của bạn sử dụng phương pháp điều trị này để làm giảm sưng và giảm đau ở các khu vực như hông, mắt cá chân, ngón tay cái hoặc vai. Phương pháp này thường được xem xét khi bạn bị viêm xương khớp do hao mòn hoặc các tình trạng như ngón tay cò súng và hội chứng ống cổ tay.

Thuốc này hoạt động bằng cách giảm viêm tại nguồn gốc gây khó chịu của bạn. Đối với một số tình trạng, chẳng hạn như viêm khớp mắt cá chân, việc kết hợp mũi tiêm này với một chất lỏng bôi trơn gọi là axit hyaluronic mang lại hiệu quả giảm đau tốt hơn so với việc chỉ sử dụng steroid đơn thuần. Trong các trường hợp như gai gót chân, mũi tiêm này thường là lựa chọn ưu tiên vì nó dẫn đến mức độ hài lòng của bệnh nhân cao hơn so với các phương pháp điều trị bảo tồn khác.

Bác sĩ của bạn có thể chọn phiên bản liều cao cho các vấn đề ở bàn tay, vì nó có xu hướng kéo dài lâu hơn và giảm nhu cầu tiêm lặp lại hoặc phẫu thuật. Nếu bạn cần phẫu thuật sau này, chẳng hạn như để vá rách gân xoay cuff, việc tiêm trong vòng một năm trước khi phẫu thuật không làm tăng nguy cơ thất bại hoặc ảnh hưởng đến sức mạnh và phạm vi chuyển động của bạn. Các mũi tiêm lặp lại cho các tình trạng như hội chứng ống cổ tay cũng được coi là an toàn và không làm phức tạp hóa các phẫu thuật giải phóng trong tương lai.

## Liệu nó có hiệu quả?

Đối với nhiều tình trạng, tiêm corticosteroid mang lại giảm đau hiệu quả và cải thiện chức năng. Chúng thường là lựa chọn ưu tiên cho gai gót chân vì mức độ hài lòng của bệnh nhân cao hơn so với các phương pháp

pháp điều trị bảo tồn khác. Trong viêm xương khớp do hao mòn cổ chân, việc kết hợp steroid với axit hyaluronic mang lại hiệu quả tốt hơn so với việc chỉ sử dụng steroid. Đối với các vấn đề ở bàn tay, các liều tiêm cao thường kéo dài lâu hơn và giảm nhu cầu tiêm lặp lại hoặc phẫu thuật so với các lựa chọn liều thấp.

Tuy nhiên, kết quả thay đổi tùy theo tình trạng bệnh. Đối với ngón tay cò, việc thêm lidocaine vào steroid làm giảm đau trong quá trình tiêm, nhưng điều này có thể không thay đổi quá trình hồi phục tổng thể của bạn. Trong trường hợp cứng khớp vai (viêm bao khớp dính), phong bế thần kinh mang lại giảm đau và cải thiện tâm vận động của vai tốt hơn ở các mốc 3-4, 6-7 và 12 tuần so với tiêm steroid. Đối với các vấn đề về gân (bệnh gân), huyết tương giàu tiểu cầu (PRP) mang lại giảm đau và chức năng vượt trội ở giai đoạn trung hạn so với steroid.

Thời điểm và phản ứng trước đó có ý nghĩa đối với các phẫu thuật trong tương lai. Nếu bạn bị chèn ép khớp háng, phản ứng của bạn với mũi tiêm steroid trước phẫu thuật không dự đoán được kết quả dài hạn hoặc nhu cầu phẫu thuật lại. Đối với sửa chữa gân quay, thời điểm của một mũi tiêm đơn lẻ trước phẫu thuật trong vòng 1 năm không ảnh hưởng đến tỷ lệ thất bại hoặc sức mạnh. Nếu bạn bị hội chứng ống cổ tay, các mũi tiêm lặp lại là an toàn và không làm tăng nguy cơ cho phẫu thuật sau này. Thú vị là, những bệnh nhân bị đau gót chân mạn tính cảm thấy giảm đau tạm thời từ steroid thường có kết quả tốt hơn nếu cuối cùng họ cần phẫu thuật cắt dây chằng gan bàn chân.

Tính an toàn nhìn chung là tốt. Các mũi tiêm trước phẫu thuật không làm tăng nguy cơ nhiễm trùng sâu sau khi giải phóng ống cổ tay hoặc sửa chữa gân quay. Các mũi tiêm sau phẫu thuật có thể an toàn điều trị tình trạng cứng khớp sau sửa chữa gân quay, đặc biệt là đối với những bệnh nhân bị loãng xương. Tuy nhiên, các mũi tiêm vào khớp háng mang lại các nguy cơ như viêm xương khớp tiến triển nhanh, hoại tử xương (hoại tử vô mạch) hoặc gãy xương. Những nguy cơ này thay đổi về tần suất nhưng đều nghiêm trọng.

Cuối cùng, khả năng tiếp cận các phương pháp điều trị này không bình đẳng. Các nhóm dân tộc thiểu số có tỷ lệ thấp hơn trong việc nhận được tiêm steroid cho viêm xương khớp bàn tay và ít có khả năng nhận được chúng hoặc trải qua phẫu thuật cho bệnh lý gân quay, ngay cả khi tiền sử y khoa tương tự.

## Liệu phương pháp này có phù hợp với bạn?

---

Tiêm cortisone thường mang lại hiệu quả khi bạn cần giảm đau nhanh chóng. Đây là lựa chọn ưu tiên cho gai gót chân vì nhiều bệnh nhân cảm thấy phương pháp này thỏa mãn hơn so với các điều trị khác. Cortisone cũng hoạt động tốt để giảm đau ngắn hạn ở bàn tay và ngón cái. Nếu bạn bị viêm khớp cổ chân, việc kết hợp tiêm cortisone với axit hyaluronic có thể giảm đau hiệu quả hơn so với chỉ sử dụng cortisone đơn thuần. Đối với rách gân xoay cuff, việc tiêm trong vòng một năm trước khi phẫu thuật không làm thay đổi quá trình hồi phục hay sức mạnh của bạn. Các mũi tiêm cũng an toàn cho hội chứng ống cổ tay và không làm tăng nguy cơ nhiễm trùng trước khi phẫu thuật giải phóng.

Tuy nhiên, phương pháp điều trị này có thể không phù hợp với tất cả mọi người. Các mũi tiêm không cải thiện kết quả dài hạn cho phẫu thuật chèn ép hông hoặc ngăn ngừa đau trụ sau khi phẫu thuật giải phóng hội

chứng ống cổ tay. Có những rủi ro nghiêm trọng đối với các mũi tiêm vào hông, bao gồm viêm xương khớp do mòn nhanh, hoại tử xương và sập xương. Những biến cố này hiếm khi xảy ra nhưng vẫn có thể xảy ra. Bạn nên biết rằng các nhóm thiếu số thường ít được tiêm cortisone hơn, ngay cả khi nhu cầu chăm sóc sức khỏe của họ tương đương với những người khác. Tiêm huyết tương giàu tiểu cầu (PRP) kém hiệu quả hơn cortisone trong việc giảm đau ngắn hạn, vì vậy đừng mong đợi chúng hoạt động tốt như cortisone.

Bác sĩ của bạn sẽ cùng bạn cân nhắc các yếu tố này. Các mũi tiêm lặp lại là an toàn cho hội chứng ống cổ tay và không làm xấu đi kết quả phẫu thuật trong tương lai. Cứng khớp sau phẫu thuật cũng có thể được điều trị bằng tiêm, phương pháp này có thể an toàn hơn phẫu thuật thêm đối với những bệnh nhân có nguy cơ cao. Hãy thảo luận về tình trạng cụ thể và mục tiêu của bạn với bác sĩ để quyết định xem đây có phải là lựa chọn tốt nhất cho bạn hay không.

## Kết luận

---

Tiêm cortisone thường mang lại hiệu quả giảm đau, đặc biệt đối với gai gót chân và các tình trạng ở bàn tay, nơi liều lượng cao hơn có thể kéo dài tác dụng. Chúng nói chung là an toàn và không làm tăng nguy cơ nhiễm trùng trước phẫu thuật hoặc gây hại khi sử dụng lặp lại ở cổ tay. Tuy nhiên, bạn cần nhận thức về những rủi ro hiếm gặp nhưng nghiêm trọng như tổn thương xương ở hông. Bác sĩ của bạn sẽ giúp bạn quyết định liệu phương pháp điều trị này có phù hợp với nhu cầu và kỳ vọng cụ thể của bạn hay không.