

# Hút thuốc và quá trình lành xương khớp

Hút thuốc làm co mạch máu và làm chậm quá trình lành xương và vết thương, làm tăng nguy cơ biến chứng sau phẫu thuật.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



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

## Định nghĩa

Hút thuốc và các hình thức sử dụng thuốc lá khác có thể làm chậm hoặc suy yếu khả năng phục hồi của cơ thể sau phẫu thuật chỉnh hình. Điều này bao gồm thay khớp, hợp xương cột sống và sửa chữa gân. Bác sĩ của bạn xem xét những thói quen này vì chúng ảnh hưởng trực tiếp đến quá trình hồi phục của bạn.

Nicotine ảnh hưởng đến cách xương phát triển và mức độ bám dính của các implant (cây ghép) vào khung xương. Nó cũng làm giảm lưu lượng máu, thứ mà gân và cơ cần để tự sửa chữa. Bạn càng hút nhiều thuốc thì nguy cơ càng cao. Số năm hút thuốc (pack-years) và thời gian bạn đã ngừng hút thuốc giúp dự đoán mức độ lành lại của các gân sau phẫu thuật vai.

Điều này áp dụng cho tất cả các dạng thuốc lá. Người hút thuốc lá có nguy cơ cao hơn về các biến chứng y tế và phẫu thuật trong quá trình thay khớp gối hoặc khớp háng. Người sử dụng thuốc lá nung nóng gặp phải các vấn đề lành thương tương tự như người hút thuốc lá khi sửa chữa chóp xoay. Thuốc lá không khói cũng làm tăng nguy cơ biến chứng và phẫu thuật chỉnh sửa sau thay khớp gối và tái tạo dây chằng chéo trước (ACL). Ngay cả thuốc lá không khói cũng mang lại nguy cơ biến chứng cao hơn so với chỉ hút thuốc trong một số thủ thuật.

Bác sĩ của bạn sẽ hỏi về tất cả các hình thức sử dụng thuốc lá, bao gồm cả các sản phẩm không khói, trước các cuộc phẫu thuật như sửa chữa xương thuyền (scaphoid) hoặc tái tạo dây chằng chéo trước (ACL). Điều này giúp xác định sớm các nguy cơ. Ngừng hút thuốc được khuyến cáo mạnh mẽ đối với các sửa chữa sụn chêm để giảm tỷ lệ thất bại. Trong khi các kỹ thuật hiện đại có thể giúp ích cho một số bệnh nhân hợp xương cột sống, việc ngừng hút thuốc vẫn là cách tốt nhất để cải thiện kết quả và giảm chi phí.

## Liệu nó có hiệu quả?

---

Hút thuốc và sử dụng thuốc lá nói chung làm quá trình lành vết thương chậm hơn và khó khăn hơn. Bác sĩ của bạn sẽ hỏi về mọi hình thức sử dụng thuốc lá, bao gồm thuốc lá điếu, thuốc lá không khói và các sản phẩm thuốc lá nung nóng. Ngừng sử dụng trước khi phẫu thuật là cách tốt nhất để cải thiện kết quả của bạn.

Đối với hầu hết các ca thay khớp và hợp nhất cột sống, hút thuốc làm tăng nguy cơ biến chứng của bạn. Bạn có thể đối mặt với tỷ lệ nhiễm trùng, các vấn đề y tế và kết quả chức năng kém cao hơn. Điều này đúng với các ca thay khớp gối và khớp háng, phẫu thuật vai và hợp nhất cột sống. Thuốc lá không khói cũng mang lại rủi ro, mặc dù một số bằng chứng cho thấy hút thuốc lá điếu có thể gây ra rủi ro cao hơn một chút đối với một số biến chứng nhất định.

Quá trình lành vết thương sau sửa chữa chóp xoay đặc biệt nhạy cảm với việc sử dụng thuốc lá. Số năm bạn đã hút thuốc và thời gian bạn đã ngừng sử dụng trước khi phẫu thuật đều quan trọng. Ngay cả việc ngừng hút trong vòng sáu tháng trước khi phẫu thuật cũng không loại bỏ hoàn toàn nguy cơ nhiễm trùng tăng cao hoặc nhu cầu phẫu thuật sửa đổi so với những người chưa bao giờ hút thuốc. Các sản phẩm thuốc lá nung nóng ảnh hưởng đến quá trình lành vết thương tương tự như thuốc lá điếu thông thường.

Bằng chứng không đồng nhất trên tất cả các thủ thuật. Đối với một số ca hợp nhất cột sống, các kỹ thuật hiện đại có thể giúp vượt qua những tác động tiêu cực của việc hút thuốc. Trong những trường hợp cụ thể này, việc hút thuốc không liên quan đến thất bại trong hợp nhất trên phim X-quang. Tuy nhiên, bạn vẫn nên mong đợi mức độ đau cao hơn và chức năng kém hơn nếu bạn hút thuốc.

Đối với các ca thay khớp gối, việc hút thuốc trong vòng 30 ngày trước khi phẫu thuật dẫn đến đau nhiều hơn sau khi phẫu thuật. Bạn ít có khả năng đạt được mức độ đau thoải mái so với những người từng hút thuốc hoặc chưa bao giờ hút thuốc. Tương tự, những người hút thuốc thường báo cáo chức năng dài hạn kém hơn sau khi sửa chữa sụn khớp cổ chân.

Phẫu thuật tái tạo dây chằng chéo trước (ACL) cho thấy bức tranh phức tạp. Những người hút thuốc có tỷ lệ hỏng graft (mảnh ghép) tương tự như những người không hút thuốc nhưng báo cáo kết quả chức năng kém hơn. Điều này có nghĩa là đầu gối của bạn có thể cảm thấy kém ổn định hoặc kém mạnh mẽ hơn trong các hoạt động hàng ngày, ngay cả khi phẫu thuật về mặt kỹ thuật đã thành công.

Nhìn chung, hút thuốc là một yếu tố chính trong quá trình phục hồi của bạn. Nó ảnh hưởng đến mức độ đau, chức năng và tỷ lệ biến chứng trên nhiều thủ thuật chỉnh hình. Bác sĩ của bạn sẽ giải quyết vấn đề này để giúp bạn đạt được kết quả tốt nhất có thể.

## Phương pháp này có phù hợp với bạn không?

---

Hút thuốc và sử dụng các sản phẩm thuốc lá làm tăng nguy cơ biến chứng và làm chậm quá trình lành vết thương trong nhiều thủ thuật chỉnh hình. Điều này bao gồm các phẫu thuật thay khớp như khớp háng, khớp

gối và khớp vai, cũng như các phẫu thuật sửa chữa rách gân xoay cuff, tái tạo dây chằng chéo trước (ACL) và hợp xương cột sống. Bác sĩ của bạn sẽ hỏi về tất cả các hình thức sử dụng thuốc lá, bao gồm thuốc lá không khói và các sản phẩm thuốc lá nung nóng. Những sản phẩm này mang lại nguy cơ tương tự như thuốc lá điều truyền thống đối với quá trình lành vết thương kém và kết quả điều trị xấu hơn.

Nếu bạn đang hút thuốc, bạn có thể đối mặt với tỷ lệ biến chứng y tế và phẫu thuật cao hơn. Bạn có thể gặp phải nhiều cơn đau tồn dư và chức năng kém hơn sau một số phẫu thuật nhất định. Đối với một số thủ thuật ở vai, bạn có thể cần phải nằm viện ít nhất hai đêm. Ngừng hút thuốc là một bước quan trọng để cải thiện kết quả điều trị và giảm chi phí. Ngay cả khi bạn không thể bỏ hoàn toàn, việc thảo luận về tình trạng phụ thuộc nicotine với bác sĩ là rất quan trọng. Họ có thể giúp bạn tối ưu hóa sức khỏe trước khi phẫu thuật.

Phương pháp này phù hợp với bạn nếu bạn sẵn sàng ngừng sử dụng tất cả các sản phẩm thuốc lá trước khi phẫu thuật. Nó giúp cơ thể bạn lành vết thương tốt hơn và giảm nguy cơ gặp phải các vấn đề. Phương pháp này có lẽ không phù hợp với bạn nếu bạn dự định tiếp tục hút thuốc hoặc sử dụng thuốc lá không khói. Tiếp tục những thói quen này có thể dẫn đến không liền xương (nơi xương không nối lại được), các vấn đề về lành gân và tăng khả năng cần phải phẫu thuật chỉnh sửa. Bác sĩ của bạn sẽ làm việc với bạn để tạo ra một kế hoạch phù hợp với nhu cầu của bạn và cải thiện cơ hội phục hồi thành công.

## Kết luận chung

---

Hút thuốc, bao gồm cả thuốc lá không khói và các sản phẩm thuốc lá nung nóng, làm tăng nguy cơ biến chứng, đau đớn và quá trình lành vết thương kém ở nhiều loại phẫu thuật chỉnh hình. Bác sĩ của bạn có thể giúp bạn xác định những nguy cơ này sớm. Ngừng hút thuốc là một bước quan trọng để cải thiện quá trình hồi phục và giảm chi phí. Ngay cả khi bạn đã ngừng hút gần đây, bạn vẫn có thể đối mặt với nguy cơ nhiễm trùng hoặc phẫu thuật chỉnh hình lại cao hơn so với những người chưa bao giờ hút thuốc.