CQ HAND + UPPER LIMB
SPECIALIST ORTHOPAEDIC SURGEON

PATIENT INFORMATION

Các Bệnh Lý Ảnh Hưởng Đến Tay

Tay có thể là một cửa sổ phản ánh sức khỏe tổng quát — nhiều tình trạng toàn thân biểu hiện ở đó, đôi khi là dấu hiệu đầu tiên.

Kieran Hirpara CC BY NC SA 4.0

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

Tay là một trong những cửa sổ tốt nhất mà cơ thể bạn có để phản ánh sức khỏe tổng quát. Bởi vì tay chứa đầy các khớp nhỏ, dây thần kinh, gân, mạch máu nhỏ, da và móng tay (tất cả đều nằm gần bề mặt và dễ dàng để khám), rất nhiều bệnh lý toàn thân để lại những dấu hiệu đầu tiên tại đây. Đôi khi một vấn đề ở tay lại chỉ là một vấn đề cục bộ thuần túy. Nhưng đôi khi chính cùng một triệu chứng (cứng khớp, tê bì, thay đổi màu sắc, móng tay có vẻ khác biệt) là dấu hiệu nhận biết sớm nhất của một tình trạng đang diễn ra ở nơi khác trong cơ thể mà bạn cần biết đến và thường có thể điều trị hiệu quả.

Trang này là một hướng dẫn bằng ngôn ngữ phổ thông về các tình trạng y khoa chính thường biểu hiện ở tay. Đây không phải là danh sách kiểm tra để tự chẩn đoán cho mình; hầu hết các cơn đau và các ngón tay cứng đều là do hao mòn thông thường. Nhưng trang này giải thích tại sao bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể hỏi về sức khỏe tổng quát của bạn, quan sát kỹ móng tay và da, hoặc khuyến nghị xét nghiệm máu hoặc chuyển tuyến ngay cả khi bạn đến khám vì vấn đề ở tay.

Tiểu đường – kẻ giả mạo vĩ đại ở bàn tay

Tiểu đường ảnh hưởng đến bàn tay nhiều hơn hầu hết mọi tình trạng y khoa khác. Nồng độ đường trong máu cao theo thời gian làm cứng các mô mềm (gồm gân, lớp bao gân và dây chằng), khiến người bệnh tiểu đường gặp phải nhiều vấn đề về bàn tay phổ biến hơn nhiều so với người bình thường:

- **Ngón tay cò súng** (ngón tay bị kẹt, kêu lách cách hoặc khóa cứng): phổ biến hơn nhiều lần ở người tiểu đường so với dân số chung.
- **Hội chứng ống cổ tay** (tê và kiến bò ở ngón cái, ngón trỏ và ngón giữa, thường nặng hơn vào ban đêm).
- **Bệnh Dupuytren** (các dây chằng và cục u ở lòng bàn tay làm cong các ngón tay xuống từ từ).

CQ HAND + UPPER LIMB
Dr Kieran Hirpara — Specialist Orthopaedic Surgeon
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700
Phone 07 4863 6556 · office@cqupperlimb.com.au · cqupperlimb.com.au

- **Bàn tay cứng, sáp** (đôi khi được gọi là *chứng cứng khớp do tiểu đường* hoặc *hạn chế tầm vận động khớp*): các ngón tay không thể duỗi thẳng hoàn toàn và lòng bàn tay khó áp sát vào nhau hơn.
- **Vai đông cứng**, vốn phổ biến hơn đáng kể ở người mắc bệnh tiểu đường.

Không có tình trạng nào trong số này *chứng minh* bạn bị tiểu đường, nhưng việc mắc nhiều hơn một trong các tình trạng trên, hoặc xuất hiện ở độ tuổi trẻ hơn, là lý do được công nhận để đi kiểm tra. Chúng tôi đã đề cập chi tiết hơn về vấn đề này trên trang tiểu đường và các bệnh lý chi trên của chúng tôi.

Bệnh tuyến giáp – cường giáp hoặc suy giáp

Tuyến giáp điều chỉnh tốc độ trao đổi chất của cơ thể bạn, và khi nó hoạt động quá nhanh hoặc quá chậm, các triệu chứng có thể biểu hiện ở bàn tay. **Suy giáp** là một nguyên nhân kinh điển góp phần gây hội chứng ống cổ tay và ngón tay cái khóa, một phần do ứ dịch và những thay đổi mô xung quanh gân và dây thần kinh. Cả cường giáp và suy giáp đều có liên quan đến dính khớp vai. Cường giáp cũng có thể gây run nhẹ, lòng bàn tay đổ mồ hôi và những thay đổi ở móng tay như móng bị tách khỏi nền móng. Hội chứng ống cổ tay xuất hiện mà không có nguyên nhân rõ ràng là một trong những lý do khiến xét nghiệm máu tuyến giáp đôi khi được chỉ định.

Viêm khớp dạng viêm – khi hệ miễn dịch tấn công các khớp

Một nhóm các bệnh lý khiến hệ miễn dịch gây viêm các khớp, và bàn tay thường là nơi biểu hiện rõ ràng nhất của chúng, mỗi loại có một đặc điểm riêng:

- **Viêm khớp dạng thấp** thường ảnh hưởng đến các khớp ngón tay và khớp giữa của ngón tay, thường đối xứng ở cả hai bàn tay, kèm theo cứng khớp vào buổi sáng và các khớp sưng mềm. Xem trang viêm khớp dạng viêm và viêm khớp dạng thấp của chúng tôi.
- **Viêm khớp vẩy nến** có thể liên quan đến khớp gần móng nhất, gây sưng toàn bộ một ngón tay giống như chiếc xúc xích, và thường đi kèm với các vết lõm trên móng hoặc các mảng da. Xem trang viêm khớp vẩy nến của chúng tôi.
- **Gút** gây ra các cơn đau dữ dội, đột ngột, kèm theo đỏ và nóng, điển hình ở ngón chân cái, nhưng các khớp ngón tay và cổ tay cũng có thể bị ảnh hưởng, đôi khi kèm theo các khối u vôi hóa theo thời gian. Xem trang gút của chúng tôi.

Việc phân biệt các bệnh này với viêm xương khớp thông thường là rất quan trọng vì viêm khớp dạng viêm do hệ miễn dịch gây ra và đáp ứng với các loại thuốc đặc hiệu có thể bảo vệ khớp khỏi tổn thương, do đó chẩn đoán sớm sẽ thay đổi tiên lượng bệnh.

Bệnh thận

Bệnh thận mạn tính, đặc biệt ở những người chạy thận nhân tạo trong nhiều năm, có thể dẫn đến hội chứng ống cổ tay do sự tích tụ của một loại protein gọi là amyloid quanh các gân cổ tay. Các vấn đề về thận cũng làm rối loạn quá trình chuyển hóa canxi, phosphate và xương của cơ thể, có thể làm yếu xương và đôi khi biểu hiện bằng các cơn đau hoặc những thay đổi thấy trên phim X-quang bàn tay. Đây là những lý do khiến bác sĩ phẫu thuật có thể lưu ý đến tiền sử bệnh thận của bạn.

Mang thai

Mang thai là một nguyên nhân phổ biến và không đáng lo ngại đối với các triệu chứng ở tay. Lượng dịch dư thừa mà cơ thể giữ lại trong những tháng cuối làm tăng áp lực bên trong ống cổ tay, do đó hội chứng ống cổ tay (tê bì và mất cảm giác ở các ngón tay, thường nặng nhất vào ban đêm) thường gặp trong thai kỳ. Tin tốt là tình trạng này thường tự cải thiện trong vòng vài tuần sau khi sinh, vì vậy phương pháp điều trị đầu tay thường là các biện pháp đơn giản như đeo nẹp ban đêm thay vì phẫu thuật.

Tuần hoàn và các tình trạng mô liên kết

Một số tình trạng ảnh hưởng đến các mạch máu nhỏ và mô liên kết, và các ngón tay là nơi bạn nhận thấy chúng đầu tiên:

- **Hội chứng Raynaud:** các ngón tay chuyển sang màu trắng, sau đó xanh, rồi đỏ khi lạnh hoặc khi căng thẳng, do các mạch máu nhỏ co lại. Nếu đơn độc, tình trạng này thường vô hại, nhưng nó cũng có thể là dấu hiệu mở đầu của một bệnh lý mô liên kết. Chúng tôi trình bày chi tiết về Hội chứng Raynaud trên trang của chúng tôi.
- **Xơ cứng bì** (xơ cứng hệ thống) làm da các ngón tay trở nên căng và dày lên, có thể gây ra hội chứng Raynaud, loét đau ở đầu ngón tay và cứng các khớp nhỏ.
- **Lupus ban đỏ hệ thống** (lupus ban đỏ hệ thống) có thể gây đau khớp, hội chứng Raynaud và những thay đổi ở da và nếp gấp móng.

Một dấu hiệu đặc biệt mà chúng tôi tìm kiếm là các mạch máu bất thường ở gốc móng (nếp gấp móng): các vòng mạch xoắn và giãn nở ở đó có thể gợi ý đến xơ cứng bì hoặc lupus và là một lý do khiến bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể quan sát kỹ móng tay của bạn qua kính lúp.

CQ HAND + UPPER LIMB
Dr Kieran Hirpara — Specialist Orthopaedic Surgeon
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700
Phone 07 4863 6556 · office@cqupperlimb.com.au · cqupperlimb.com.au

Các dấu hiệu khác – móng tay, da và đầu ngón tay

Đầu ngón tay, móng tay và da có thể gợi ý về các tình trạng bệnh lý vượt xa phạm vi của bàn tay:

- **Dị dạng móng dạng dùi trống (clubbing):** đầu ngón tay phình to và móng tay cong xuống phía đầu ngón, thường liên quan đến một số bệnh lý về phổi, tim và ruột.
- **Móng tay hình thìa** có thể phản ánh **thiếu sắt**, và các nền móng nhợt nhạt có thể gợi ý thiếu máu.
- **Móng tay bị rỗ, bong tróc hoặc thay đổi màu sắc** có thể đi kèm với bệnh vẩy nến, bệnh tuyến giáp hoặc các bệnh lý khác.
- **Móng tay vàng, dày, giòn** thường gặp ở bệnh nhân tiểu đường và một số vấn đề về tuần hoàn.
- **Thay đổi về da và màu sắc:** da vàng, dễ bầm tím, hoặc tình trạng đỏ bất thường ở lòng bàn tay đôi khi có thể phản ánh các bệnh lý về gan.

Mỗi dấu hiệu riêng lẻ thường là nhẹ và rất phổ biến. Chúng trở nên có ý nghĩa hơn khi nhiều dấu hiệu xuất hiện cùng lúc, khi chúng ảnh hưởng đến tất cả các móng tay cùng một lúc, hoặc khi chúng đi kèm với cảm giác cơ thể nói chung không khỏe.

Tại sao bác sĩ phẫu thuật của bạn hỏi về sức khỏe tổng quát

Khi bạn đến khám về vấn đề ở bàn tay hoặc cổ tay, bạn có thể ngạc nhiên khi được hỏi về mức đường huyết, chức năng tuyến giáp, các loại thuốc đang dùng, sự thay đổi cân nặng hoặc tình trạng sức khỏe chung của bạn, đồng thời được kiểm tra móng tay, da và mạch máu. Điều này không phải là hình thức. Lý do là vì bàn tay thường phản ánh tình trạng của toàn bộ cơ thể, và việc nhận diện bức tranh tổng thể có thể thay đổi cách điều trị vấn đề ở bàn tay của bạn, và đôi khi, phát hiện ra một vấn đề khác có thể điều trị được ở những nơi khác. Khi một tình trạng bệnh lý toàn thân có vẻ là nguyên nhân, bước tiếp theo thường là một **xét nghiệm máu đơn giản** hoặc **chuyển viện** đến bác sĩ đa khoa hoặc bác sĩ nội khoa, chứ không phải phẫu thuật.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy đi khám bác sĩ đa khoa hoặc quay lại gặp chúng tôi thay vì chờ đợi, nếu:

- Triệu chứng ở bàn tay xuất hiện kèm theo cảm giác cơ thể nói chung không khỏe: sốt, giảm cân, mệt mỏi hoặc cảm thấy không ổn.
- Đau khớp, sưng hoặc cứng khớp ảnh hưởng đến cả hai bàn tay cùng lúc, hoặc kèm theo cứng khớp vào buổi sáng sớm kéo dài một lúc mới đỡ.
- Bạn nhận thấy sự thay đổi màu sắc ở các ngón tay (trắng/xanh/đỏ), loét đau ở đầu ngón tay, hoặc sự co cứng mới xuất hiện ở da ngón tay.

CQ HAND + UPPER LIMB
Dr Kieran Hirpara — Specialist Orthopaedic Surgeon
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700
Phone 07 4863 6556 · office@cqupperlimb.com.au · cqupperlimb.com.au

- Móng ở nhiều ngón tay thay đổi cùng lúc: lõm, tách khỏi nền móng, dạng thìa, biến dạng đầu ngón tay hoặc thay đổi màu sắc.
- Các triệu chứng hội chứng ống cổ tay hoặc ngón tay cò xuất hiện ở nhiều ngón, ở cả hai bên, hoặc ở độ tuổi trẻ hơn dự kiến.

Hầu hết thời gian, vấn đề ở bàn tay chỉ đơn thuần là vấn đề của bàn tay. Nhưng vì bàn tay là một "người báo cáo" rất trung thực về sức khỏe tổng quát, luôn luôn nên đề cập đến bức tranh toàn cảnh. Đôi khi, bàn tay là nơi đầu tiên phát hiện ra vấn đề.

CQ HAND + UPPER LIMB
Dr Kieran Hirpara — Specialist Orthopaedic Surgeon
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700
Phone 07 4863 6556 · office@cqupperlimb.com.au · cqupperlimb.com.au