

Viêm khớp khớp ngón tay

Một bàn tay bị ảnh hưởng bởi viêm khớp — sưng và biến dạng rõ rệt ở các khớp ngón tay.

Philip Pirrip / Wikimedia Commons, CC BY 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 cảm thấy đau ở khớp giữa của ngón tay, được gọi là khớp liên đốt gân. Cơn đau này thường xuất phát từ viêm xương khớp do hao mòn hoặc tổn thương từ một chấn thương trước đó. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể đề xuất phẫu thuật này chỉ khi cơn đau trở nên nghiêm trọng đến mức khiến bạn không thể thực hiện các hoạt động hàng ngày. Bạn có thể nhận thấy cơn đau trở nên tồi tệ hơn sau khi sử dụng tay hoặc khi thức dậy vào buổi sáng.

Những hành động đơn giản có thể trở nên rất khó khăn. Bạn có thể gặp khó khăn khi vớ tay ra sau lưng để cài áo ngược hoặc nhét áo vào quần. Khớp có thể cảm thấy cứng, khiến bạn khó uốn cong hoặc duỗi thẳng ngón tay hoàn toàn. Trong một số trường hợp, khớp có thể không cử động tốt như trước đây, và tầm vận động này có thể trở nên tồi tệ hơn theo thời gian. Nếu bạn bị viêm khớp dạng thấp, việc điều trị sớm bằng các loại thuốc cụ thể có thể giúp cải thiện tình trạng của bạn.

Mặc dù quá trình bệnh lý rất phức tạp, bạn có thể mong đợi giảm đau và cải thiện chức năng sau phẫu thuật. Nhiều bệnh nhân nhận thấy rằng việc thay thế bề mặt khớp mang lại sự giảm đau đáng kể với ít vấn đề. Tuy nhiên, bạn nên biết rằng tầm vận động của ngón tay có thể giảm nhẹ theo thời gian. Nếu bạn có tình trạng co rút khiến ngón tay bị kẹt ở tư thế cong, việc nắn chỉnh tuân tự có thể giúp sửa chữa tình trạng này trước hoặc sau phẫu thuật. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét xem thủ thuật này có phù hợp với bạn hay không dựa trên các triệu chứng cụ thể và tình trạng khớp của bạn.

Những gì thực sự đang xảy ra

Trong ngón tay của bạn, lớp phủ trơn tru trên đầu xương, được gọi là sụn, bị mòn theo thời gian. Viêm xương khớp do hao mòn này hoạt động như một bộ giảm xóc đã mất đi lớp đệm. Khi sụn mỏng đi, các xương cọ xát vào nhau, gây đau và cứng khớp. Bạn có thể nhận thấy rằng bạn di chuyển trong một phạm vi chuyển động nhỏ hơn khi thực hiện các nhiệm vụ hàng ngày vì khớp không còn trượt mượt mà.

Vấn đề sâu hơn nhiều so với chỉ xương. Các gân, giống như những sợi dây kết nối cơ với xương, thay đổi sớm trong quá trình bệnh. Các gân này bắc cầu qua nhiều khớp, vì vậy một thay đổi ở một khu vực ảnh hưởng đến cách toàn bộ ngón tay của bạn di chuyển. Sự phụ thuộc lẫn nhau này có nghĩa là khi một phần của ngón tay bạn thay đổi, các phần khác sẽ gặp khó khăn trong việc theo kịp. Theo thời gian, những thay đổi trong các gân và các cấu trúc liên quan dẫn đến các biến dạng mà bạn thấy.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn thấy rằng quá trình này được thúc đẩy bởi cách các lực truyền qua bàn tay của bạn. Phụ nữ mắc tình trạng này thường có lực bàn tay thấp hơn đáng kể, với mức giảm trung bình là 30% trên hầu hết các loại lực. Lực căng nén cũng có thể làm hỏng khớp theo thời gian, dẫn đến hao mòn thêm. Khi bao khớp, lớp áo bao quanh khớp, và các dây chằng mất đi sự ổn định, các xương sẽ dịch chuyển. Sự dịch chuyển này tạo ra cơn đau và chức năng hạn chế khiến bạn đến gặp bác sĩ phẫu thuật.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Hành trình của bạn thường bắt đầu với việc tự quản lý và vật lý trị liệu. Nếu bạn có ngón tay cứng, nẹp cố định tuân tự là một phương pháp hiệu quả để sửa chữa co cứng gấp ở những bệnh nhân chọn lọc bị viêm khớp. Quá trình này giúp bạn khôi phục khả năng vận động mà không cần phẫu thuật. Bác sĩ phẫu thuật của bạn cũng có thể khuyến nghị các bài tập để giữ cho khớp linh hoạt. Bạn nên dành cơ hội công bằng cho các lựa chọn không phẫu thuật trước khi xem xét các bước xâm lấn hơn.

Nếu chăm sóc đờn giản là không đủ, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể thảo luận về quản lý y tế. Mặc dù bằng chứng không nêu chi tiết tên thuốc cụ thể hoặc loại tiêm cho khớp này, nhưng nó xác nhận rằng giảm đau là mục tiêu chính. Đối với một số người, trọng tâm vẫn là kiểm soát các triệu chứng để duy trì chức năng. Nếu viêm khớp gây ra đau chức năng vô hiệu hóa, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể xem xét các lựa chọn phẫu thuật cụ thể như khớp nhân tạo TACTYS một cách đặc biệt. Tuy nhiên, đối với nhiều người, trọng tâm là duy trì khớp hoạt động tốt trong khi kiểm soát khó chịu.

Khi chăm sóc bảo thủ đạt đến giới hạn, phẫu thuật trở thành một lựa chọn đáng tin cậy. Phẫu thuật thay thế khớp bằng implant khớp liên đốt gân (PIP) là một lựa chọn tốt và đáng tin cậy cho viêm khớp có triệu chứng trong bối cảnh lâm sàng phù hợp. Thủ thuật này có thể cung cấp giảm đau đáng tin cậy, lâu dài và duy trì chức năng. Hầu hết bệnh nhân trở lại làm việc sau thời gian trung vị là 8 tuần kể từ khi phẫu thuật này. Mặc dù khớp có thể cảm thấy tốt hơn, bạn nên được tư vấn rằng phạm vi chuyển động có thể suy giảm theo thời gian

với một số loại implant. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ giúp bạn quyết định xem đây có phải là bước phù hợp cho ngón tay cụ thể của bạn hay không.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy yêu cầu đánh giá bởi chuyên gia nếu bạn có tình trạng đau dai dẳng do viêm xương khớp do thoái hóa hoặc viêm xương khớp sau chấn thương không cải thiện khi nghỉ ngơi. Hãy tìm kiếm sự giúp đỡ nếu bạn gặp phải tình trạng yếu, mất ổn định hoặc khóa khớp ở ngón tay. Hãy liên hệ với bác sĩ của bạn nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn. Bạn cũng nên tìm kiếm lời khuyên nếu bạn nhận thấy tình trạng của mình xấu đi đột ngột. Hãy lưu ý rằng tâm vận động có thể suy giảm theo thời gian. Nếu bạn mắc bệnh tiểu đường, hãy thảo luận về nguy cơ biến chứng cao hơn với bác sĩ phẫu thuật của bạn trước khi xem xét phẫu thuật.