

Gãy xương bánh chè

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

Những triệu chứng bạn đang gặp phải

Xương bánh chè nằm ngay phía trước đầu gối, ngay dưới lớp da. Điều này khiến nó dễ bị tổn thương. Việc ngã đập đầu gối xuống đất hoặc đầu gối va vào bảng điều khiển ô tô có thể làm gãy xương này. Đôi khi, cơ ở phía trước đùi co cứng mạnh khi đầu gối gập lại; chỉ riêng lực này cũng có thể gây nứt xương.

Cơn đau thường xuất hiện ở phía trước đầu gối. Thông thường, đầu gối sẽ sưng nhanh chóng vì tình trạng chảy máu trong khớp rất phổ biến ở chấn thương này. Cơn sưng có thể gây đau dữ dội và khiến đầu gối cứng lại. Sau một cú ngã như vậy, việc đi lại trở nên khó khăn; nhiều người cảm thấy khó khăn khi đứng dậy từ ghế, leo cầu thang hoặc quỳ xuống.

Bạn có thể sờ thấy một khe hở hoặc một bậc lệch đau khi ấn ở chỗ xương bị gãy tách ra. Nếu các mảnh xương bị tách rời ra, bạn có thể không tự duỗi thẳng đầu gối được. Đây là một dấu hiệu quan trọng. Tuy nhiên, việc vẫn có thể duỗi thẳng đầu gối không có nghĩa là không bị gãy, vì một số mô nâng đỡ vẫn có thể giữ các mảnh xương lại với nhau.

Hãy chú ý đến vùng da phía trên xương bánh chè. Những vết cắt hoặc trầy xước ở đó đôi khi cho thấy vết gãy đã lộ ra ngoài da; điều này ảnh hưởng đến cách điều trị.

Một số chấn thương gần vùng xương bánh chè cũng có triệu chứng tương tự. Gân nằm dưới xương bánh chè hoặc gân phía trên nó nối cơ đùi với xương có thể bị rách thay vì gãy. Khi đó, bạn cũng mất khả năng duỗi thẳng đầu gối, và xương bánh chè có thể nằm cao hơn bình thường. Những chấn thương này thường xảy ra khi nhảy xuống đất hoặc bước xuống cầu thang; thường có thể sờ thấy một khe hở đau khi ấn ở nơi gân vốn nằm.

Nếu sau khi ngã hoặc vấp ngã, phía trước đầu gối bị khuỷu, sưng lên và không thể duỗi thẳng bình thường, bạn cần đi khám kịp thời. Chụp X-quang thường giúp xác định chính xác tình trạng chấn thương.

Điều gì thực sự đang xảy ra

Xương bánh chè đóng vai trò như một ròng rọc ở phía trước đầu gối. Cơ ở phía trước đùi kéo qua xương bánh chè này; lực kéo đó giúp duỗi thẳng đầu gối khi bạn đứng dậy, leo cầu thang hoặc đi bộ. Xương bánh chè giữ cho gân hơi cách xa khớp, từ đó tạo điều kiện cho cơ có đòn bẩy tốt hơn. Khi xương bánh chè bị gãy, hệ thống “ròng rọc” này mất đi chức năng, khiến việc duỗi thẳng đầu gối trở nên yếu ớt hoặc không thể thực hiện được.

Có hai cách chính dẫn đến gãy xương bánh chè. Một là do tác động trực tiếp, ví dụ như ngã đập đầu gối xuống đất hoặc va chạm mạnh với bảng điều khiển xe; lực tác động này làm vỡ xương thành nhiều mảnh. Hai là do lực kéo đột ngột và mạnh từ cơ đùi khi đầu gối đang gập; lực này có thể làm gãy xương thành hai đoạn ngay ở giữa. Hầu hết các trường hợp gãy thuộc loại thứ hai, tức là gãy ngang xương một cách rõ rệt. Chính lực kéo mạnh đó cũng có thể làm rách các mô nâng đỡ xung quanh xương bánh chè; vì vậy việc duỗi thẳng đầu gối thường không thể thực hiện được.

Các bác sĩ mô tả các ca gãy xương dựa trên vị trí gãy và mức độ dịch chuyển của các mảnh xương. Một số ca gãy vẫn giữ nguyên vị trí, các mảnh xương vẫn nằm thẳng hàng. Những ca khác thì các mảnh xương tách xa nhau hơn 3 milimét, hoặc bề mặt khớp bị lệch nhau hơn 2 milimét. Những ca gãy vẫn giữ nguyên vị trí thường có thể điều trị mà không cần phẫu thuật. Ngược lại, những ca gãy có các mảnh xương tách rời hoặc khiến bệnh nhân không thể duỗi thẳng đầu gối chống lại trọng lực thì thường cần phẫu thuật để nối các mảnh xương lại và khôi phục chức năng “ròng rọc” này.

Xương bánh chè nằm ngay dưới da, không có lớp cơ nào che phủ; vì vậy nó rất dễ bị tổn thương do các cú va đập trực tiếp. Vì là bộ phận quan trọng trong cơ chế duỗi thẳng đầu gối, việc gãy xương bánh chè không chỉ ảnh hưởng đến xương mà còn gây tổn thương các mô nâng đỡ xung quanh; chính những tổn thương này khiến đầu gối không thể hoạt động bình thường.

Những biện pháp chúng tôi có thể áp dụng

Kết quả CT scan có thể cho thấy các đường gãy và những mảnh xương nhỏ mà X-quang thông thường không phát hiện được.

Nếu các mảnh xương vẫn nằm đúng vị trí và bạn vẫn có thể duỗi thẳng đầu gối, chúng tôi thường điều trị mà không cần phẫu thuật. Phương pháp này bao gồm việc đeo nẹp hoặc bó cố định để giữ đầu gối thẳng trong khoảng 4–6 tuần. Một số người cần phải bó bột toàn bộ chân, đặc biệt nếu việc đeo nẹp gây khó khăn. Ngay từ sớm, khi vẫn còn đeo nẹp hoặc bó bột, bạn sẽ bắt đầu các bài tập đơn giản: siết cơ đùi và nâng chân thẳng lên; điều này giúp ngăn ngừa teo cơ. Hầu hết các phác đồ điều trị hiện đại đều cho phép bạn chịu một phần trọng lượng cơ thể lên chân ngay từ sớm, miễn là đầu gối vẫn giữ thẳng hoàn toàn. Khi kết quả X-quang cho thấy xương đã liên lại, bạn sẽ bắt đầu gập đầu gối một cách nhẹ nhàng. Đối với các trường hợp gãy không di lệch được điều trị theo cách này, 98% người bệnh có kết quả tốt ở lần theo dõi cuối cùng.

Chúng tôi sẽ tư vấn cho bạn về các biện pháp giảm đau đơn giản nếu cần thiết. Nghỉ ngơi, chườm đá và nâng chân cao cũng giúp giảm sưng trong những ngày đầu.

Phẫu thuật sẽ được cân nhắc khi các mảnh xương bị tách rời, khi bề mặt khớp lệch nhau hơn vài milimét, khi bạn không thể duỗi thẳng đầu gối, hoặc khi vết gãy đã hở qua da. Mục đích của ca phẫu thuật là nối các mảnh xương lại đúng vị trí và cố định chúng trong thời gian lành thương, để hệ thống ròng rọc ở phía trước đầu gối hoạt động trở lại. Đôi khi mảnh xương ở phía trên hoặc dưới xương bánh chè quá nhỏ để có thể bắt vít lại, nên chúng tôi sẽ loại bỏ mảnh xương đó và nối gân trực tiếp vào xương. Trong trường hợp xương bánh chè bị vỡ thành nhiều mảnh không thể ghép lại được, toàn bộ xương bánh chè có thể phải được cắt bỏ. Chúng tôi sẽ cùng bạn thảo luận về các phương án điều trị và quyết định phương pháp phù hợp nhất với tình trạng gãy xương cũng như lối sống của bạn.

Những điều có thể xảy ra

Hầu hết các trường hợp gãy xương bánh chè đều lành lại. Xương liền lại và khớp gối lại hoạt động bình thường. Tuy nhiên, việc xương lành lại không có nghĩa là khớp gối sẽ trở về trạng thái như trước khi bị chấn thương. Bạn nên hiểu rõ điều này ngay từ đầu.

Nhiều người vẫn cảm thấy đau ở vùng trước khớp gối sau một năm kể từ khi bị chấn thương. Trong một nhóm gồm 30 người được điều trị bằng phẫu thuật, có tới 24 người (chiếm 80%) vẫn còn đau sau 12 tháng. Kim loại dùng để cố định xương nằm ngay dưới da; nó có thể gây cọ xát hoặc đau nhức. Hơn một phần ba số người này sau đó đã quyết định phẫu thuật lấy kim loại ra. Một số người cũng vẫn còn yếu cơ đùi hoặc gặp khó khăn khi đi cầu thang, quỳ gối. Sức mạnh cơ và khả năng gập khớp gối ở phía bị chấn thương thường thấp hơn so với phía còn lại, ngay cả sau nhiều năm.

Cũng có những rủi ro đi kèm. Trong một nghiên cứu quy mô lớn với 737 ca gãy xương bánh chè được điều trị phẫu thuật, xương không liền lại ở 1,9% trường hợp và nhiễm trùng xảy ra ở 3,2%. Khoảng một phần ba (33,6%) bệnh nhân cần phẫu thuật thêm, thường do kim loại bị lỏng hoặc gây đau. Nếu xương được điều trị không phẫu thuật, bó bột có thể làm chính xương bị mỏng đi, và một vết gãy mới có thể xảy ra sau này, đôi khi ở vị trí khác.

Qua nhiều tháng, bạn sẽ thấy sự cải thiện dần dần chứ không phải là sự phục hồi đột ngột. Khả năng gập và duỗi khớp thường hồi phục trước tiên, sau đó là sức mạnh cơ; cuối cùng là sự tự tin khi đi cầu thang hay trên mặt đất gồ ghề. Một số người có thể trở lại hoàn toàn các hoạt động trước đây; số khác thì cảm thấy việc quỳ gối hay đi bộ đường dài vẫn chưa thật thoải mái như xưa.

Có hai điểm quan trọng cần lưu ý về lâu dài. Gãy xương bánh chè làm tăng nguy cơ phải thay khớp gối về sau, và nguy cơ này sẽ tồn tại mãi với bạn. Ngược lại, đối với những người trên 65 tuổi, chấn thương này không làm tăng nguy cơ tử vong.

Nếu gãy xương bánh chè đi kèm với tổn thương các bộ phận khác của khớp gối như dây chằng, quá trình hồi phục sẽ khó khăn hơn so với trường hợp chỉ bị gãy xương bánh chè đơn thuần.

Khi nào nên đi khám bác sĩ

Một số dấu hiệu cho thấy bạn cần đi khám ngay lập tức. Hãy đến phòng cấp cứu nếu đầu gối bị sưng nặng sau khi ngã hoặc bị va đập, và bạn không thể duỗi thẳng đầu gối chống lại trọng lực. Điều tương tự cũng áp dụng nếu bạn sờ thấy một khe hở đầu khi ấn trên xương bánh chè, hoặc nếu da ở vùng đó bị rách hoặc trầy xước; điều này có thể là dấu hiệu gãy xương đã lộ ra ngoài da. Đầu gối nóng, đau ngày càng dữ dội và đỏ cũng cần được đánh giá ngay trong ngày, vì nhiễm trùng sau phẫu thuật có thể lan nhanh trong khớp.

Bạn nên nhờ bác sĩ chuyên khoa khám nếu bị đau kéo dài ở phía trước đầu gối, hoặc nếu đầu gối bị khuyu khi đứng hoặc leo cầu thang. Nếu bạn đã được phẫu thuật và phân kim loại dưới da trở nên đau hoặc cọ xát, điều đó cũng đáng được khám lại.