

Chuẩn bị cho Phẫu thuật

Chuẩn bị cho cuộc phẫu thuật của bạn.

Kieran Hirpara © ⓘ 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 nhận thấy cơn đau bùng phát sau khi vận động khớp hoặc vào cuối ngày. Nhiều người gặp khó khăn khi nằm ngủ nghiêng về phía khớp bị ảnh hưởng. Bạn có thể cảm thấy cứng khớp khi vừa thức dậy vào buổi sáng. Các hoạt động đơn giản như vớ tay ra sau lưng để cài áo ngực hoặc nhét áo vào quần có thể trở nên khó khăn.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn hiểu rằng những triệu chứng này không chỉ đơn thuần là các con số trên phim X-quang. Chúng tôi điều trị bạn như một con người toàn diện, chứ không chỉ dựa vào các kết quả hình ảnh học. Cách tiếp cận này giúp xây dựng lòng tin và cải thiện kết quả điều trị của bạn. Trong khi một số bệnh nhân cảm thấy kiến thức về thay khớp của họ được nâng cao sau một buổi học, thì những người khác có thể chỉ nhận thấy sự thay đổi khiêm tốn trong mức độ hiểu biết.

Chúng tôi muốn chuẩn bị cho bạn những gì sẽ xảy ra tiếp theo. Một chương trình giáo dục chính thức có thể giúp giảm thời gian nằm viện sau khi thay khớp háng hoặc khớp gối. Chúng tôi sử dụng các quy trình chủ động để đảm bảo việc xuất viện trong ngày của bạn an toàn và thành công. Nếu bạn có thắc mắc về cơn đau, chúng tôi có thể thảo luận về tư vấn qua video để giúp giảm nhu cầu sử dụng opioid trong tuần đầu tiên sau phẫu thuật.

Những gì thực sự đang xảy ra

Khớp của bạn giống như một cỗ máy đã bị hao mòn theo thời gian. Bên trong, lớp phủ trơn tru trên đầu xương, được gọi là sụn, đóng vai trò như một bộ giảm xóc. Khi lớp phủ này bị mòn đi, các xương sẽ cọ xát vào

nhau. Điều này gây ra đau đớn và cứng khớp. Bác sĩ phẫu thuật của bạn nhìn thấy điều này trên phim X-quang, nhưng họ điều trị cho bạn với tư cách là một con người, chứ không chỉ là một hình ảnh.

Để giúp bạn chuẩn bị, bác sĩ phẫu thuật có thể sử dụng các công cụ để giải thích những gì đang xảy ra. Bạn có thể xem một video hoặc nhìn vào mô hình 3D về khớp háng của mình. Những công cụ này giúp bạn hiểu rõ vấn đề trước khi phẫu thuật. Một số bệnh nhân nhận thấy rằng việc học hỏi từ những người khác trong một lớp học giúp họ cảm thấy sẵn sàng hơn. Điều này có thể thay đổi cách bạn mong đợi quá trình hồi phục của mình diễn ra.

Chuẩn bị tốt cũng giúp cơ thể bạn lành bệnh nhanh hơn. Nếu bạn tìm hiểu về thuốc giảm đau trước khi phẫu thuật, bạn có thể cần ít opioid hơn trong tuần đầu tiên sau khi thay khớp gối. Một chương trình giáo dục chính thức cũng có thể giúp bạn xuất viện sớm hơn sau một cuộc phẫu thuật khớp háng hoặc khớp gối. Đội ngũ chăm sóc của bạn sử dụng các kế hoạch này để tránh các vấn đề khi bạn xuất viện cùng ngày. Cách tiếp cận chủ động này giữ cho trải nghiệm của bạn an toàn và thành công.

Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

Bạn có thể bắt đầu bằng cách kiểm soát cơn đau của bản thân và làm việc với một chuyên viên vật lý trị liệu. Những bước này nhằm cải thiện khả năng vận động và giảm khó chịu trước khi thực hiện bất kỳ thủ thuật nào. Trong khi bằng chứng về việc giáo dục bệnh nhân sử dụng opioid trước phẫu thuật trong phẫu thuật tay cho thấy một số lợi ích, thì dữ liệu còn hạn chế. Đối với phẫu thuật thay khớp háng hoặc khớp gối, một chương trình giáo dục chính thức có thể giúp giảm thời gian lưu viện của bạn. Nhóm của bạn cũng sẽ sử dụng các quy trình chủ động tại phòng khám để đảm bảo việc xuất viện trong ngày an toàn bằng cách dự đoán các vấn đề tiềm ẩn.

Quản lý bằng thuốc bao gồm thuốc giảm đau, thuốc chống viêm và các loại tiêm như cortisone, axit hyaluronic hoặc PRP. Tư vấn bằng video trước phẫu thuật có thể làm giảm đáng kể việc tiêu thụ opioid trong tuần đầu tiên sau khi thay khớp gối toàn phần. Các lớp học cũng có thể điều chỉnh kỳ vọng của bạn về quá trình phục hồi sau khi thay khớp háng toàn phần hoặc thay khớp gối toàn phần. Tuy nhiên, kiến thức về thay khớp chỉ tăng lên một cách khiêm tốn đối với những bệnh nhân thuộc nhóm thiệt thòi trong các chuyến công tác từ thiện. Việc sử dụng mô hình khớp háng 3D để tư vấn dường như không cải thiện sự hiểu biết hoặc mức độ hài lòng của bạn so với việc chỉ sử dụng chụp CT tiêu chuẩn.

Phẫu thuật được xem xét khi việc điều trị bảo thủ đạt đến giới hạn và cuộc sống hàng ngày vẫn gặp nhiều khó khăn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ thảo luận về lựa chọn này nếu các triệu chứng của bạn không cải thiện với các bước nêu trên. Phẫu thuật thay thế khớp bị tổn thương để khôi phục chức năng và giảm đau.

Khi nào cần gặp bác sĩ

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu bạn có tình trạng đau dai dẳng không cải thiện khi nghỉ ngơi. Hãy yêu cầu đánh giá bởi bác sĩ chuyên khoa nếu bạn nhận thấy tình trạng suy yếu, mất ổn định, khớp bị khóa hoặc đột ngột mất sức chịu lực. Hãy tìm kiếm sự trợ giúp nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc của bạn, hoặc nếu bạn trải qua tình trạng xấu đi đột ngột. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể sử dụng tư vấn bằng video trước phẫu thuật để giúp giảm việc sử dụng opioid trong tuần đầu tiên sau phẫu thuật. Các chương trình giáo dục chính thức cũng có thể giúp rút ngắn thời gian nằm viện đối với phẫu thuật thay khớp háng hoặc khớp gối. Những bước này hỗ trợ quá trình hồi phục an toàn và giúp bạn hiểu rõ hơn về việc chăm sóc sức khỏe của mình.