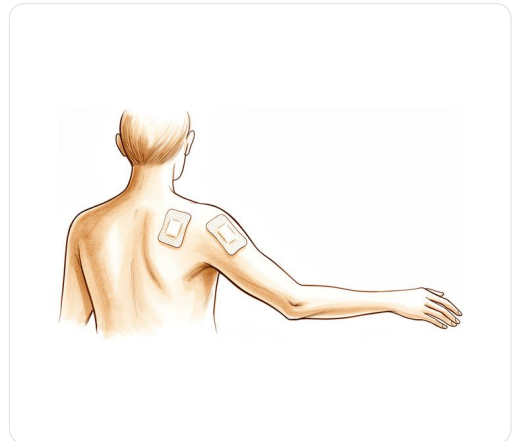


# Nội soi khớp vai

Cận cảnh nội soi bên trong khớp vai trong quá trình phẫu thuật ổn định nh khớp.

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



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

## Lý do phẫu thuật này được đề xuất

Nội soi khớp vai là một phẫu thuật xâm lấn tối thiểu, trong đó bác sĩ phẫu thuật sử dụng hai hoặc ba vết rạch nhỏ và một camera siêu nhỏ bên trong khớp. Thủ thuật này thường được thực hiện để điều trị các vấn đề về khớp vai với nguy cơ thấp. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể đã đề xuất thủ thuật này vì các phương pháp điều trị không phẫu thuật, chẳng hạn như nghỉ ngơi hoặc vật lý trị liệu, chưa mang lại cho bạn sự cải thiện đáng kể. Mục tiêu là khôi phục độ ổn định và chức năng của khớp vai.

Phẫu thuật này thường được khuyến nghị cho những bệnh nhân năng động từ 40 tuổi trở lên, bao gồm cả những người đã từng được phẫu thuật sửa chữa khớp vai trước đó. Thủ thuật này cũng được coi là an toàn cho bệnh nhân từ 60 tuổi trở lên. Mặc dù biến chứng là hiếm gặp, tỷ lệ biến chứng trong vòng 30 ngày là 1,0% nói chung và 1,6% ở nhóm bệnh nhân lớn tuổi. Vấn đề phổ biến nhất là phải quay lại phòng phẫu thuật, chiếm 29% tổng số biến chứng. Mặc dù có những rủi ro này, thủ thuật này thường mang lại kết quả dài hạn thuận lợi với tỷ lệ cần phẫu thuật thêm hoặc phát triển viêm xương khớp do hao mòn thấp.

## Trước khi phẫu thuật

Vui lòng nhịn ăn trong sáu giờ trước khi phẫu thuật. Chỉ ngừng dùng thuốc làm loãng máu sau khi bác sĩ phẫu thuật cung cấp hướng dẫn cụ thể. Hãy sắp xếp để một người trưởng thành có trách nhiệm lái xe đưa bạn về nhà và ở lại với bạn trong đêm đó. Mang theo danh sách đầy đủ tất cả các loại thuốc và thực phẩm chức năng hiện tại. Bạn có thể cần chụp X-quang, MRI hoặc xét nghiệm máu trước khi thực hiện thủ thuật. Các kiểm tra này giúp bác sĩ phẫu thuật lập kế hoạch phẫu thuật một cách an toàn. Bác sĩ phẫu thuật sẽ thực hiện phẫu

thuật nội soi khớp bằng hai hoặc ba vết rạch nhỏ và một camera siêu nhỏ bên trong khớp. Mặc quần áo rộng rãi, thoải mái khi đến cuộc hẹn. Phương pháp này cho phép sửa chữa chính xác với tổn thương mô tối thiểu.

## Vào ngày phẫu thuật

---

Bạn sẽ đến bệnh viện để nhập viện. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xem xét lại kế hoạch trước khi bạn vào phòng mổ. Phẫu thuật này được thực hiện dưới gây mê toàn thân kết hợp với phong bế thần kinh vùng. Bạn sẽ hoàn toàn ngủ trong suốt quá trình phẫu thuật, và khối phong bế, một mũi tiêm gây tê các thần kinh chi phối cánh tay trước khi bạn tỉnh dậy, giúp giảm đau trong 12 đến 24 giờ đầu sau phẫu thuật. Bác sĩ gây mê sẽ gặp bạn trước phẫu thuật và giải thích chi tiết về cả hai phần.

Bác sĩ phẫu thuật thực hiện phương pháp này qua nội soi khớp (phương pháp rạch nhỏ) với hai hoặc ba vết rạch nhỏ và một camera nhỏ bên trong khớp. Phương pháp này giữ cho thủ thuật an toàn với tỷ lệ biến chứng rất thấp. Bạn sẽ tỉnh dậy trong khu vực hồi sức trong khi cảm giác tê từ khối phong bế vẫn còn. Hầu hết bệnh nhân trải qua hạn chế nhẹ phạm vi vận động sau phẫu thuật vai, điều này không đòi hỏi can thiệp tích cực. Bạn có thể mong đợi một giai đoạn khởi đầu phục hồi ổn định với kiểm soát đau tương đương và mức độ hài lòng khi sử dụng các phác đồ giảm đau không opioid.

## Quy trình phẫu thuật

---

Bác sĩ phẫu thuật của bạn thực hiện thủ thuật này bằng phương pháp phẫu thuật nội soi (phẫu thuật qua lỗ khóa). Điều này có nghĩa là họ sẽ thực hiện hai hoặc ba vết rạch nhỏ, mỗi vết dài khoảng 1 cm, trên vùng vai. Thông qua những vết rạch nhỏ này, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ đưa vào một camera nhỏ và các dụng cụ chuyên dụng. Camera sẽ truyền hình ảnh rõ nét lên màn hình, cho phép bác sĩ phẫu thuật quan sát bên trong khớp mà không cần tạo ra một vết rạch lớn.

Bên trong khớp vai, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ xử lý vấn đề cụ thể gây ra cơn đau hoặc tình trạng mất ổn định của bạn. Ví dụ, nếu bạn đang thực hiện phẫu thuật cố định khớp, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể sửa chữa các mô bị rách (màng sụn) giúp giữ khớp vai ổn định. Nếu gân vòng xoay của bạn bị rách, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ gắn lại gân bị xơ vào xương bằng các chốt neo nhỏ. Các chốt neo này là những thiết bị nhỏ giúp cố định phần sửa chữa. Bác sĩ phẫu thuật của bạn cũng có thể loại bỏ các mô hoặc gai xương bị tổn thương đang cọ xát vào các cấu trúc khác.

Sau khi việc sửa chữa hoàn tất, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ khâu kín các vết rạch nhỏ. Họ thường sử dụng chỉ khâu tự tiêu hoặc chỉ khâu có thể tháo rời mà bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ lấy ra trong một cuộc hẹn tái khám. Một băng vô trùng được đặt lên trên các vết rạch để bảo vệ chúng trong quá trình lành vết thương.

Phương pháp này thường được coi là an toàn. Tài liệu y khoa ghi nhận tỷ lệ biến chứng trong vòng 30 ngày đối với nội soi khớp vai nói chung là 1,0%. Đối với bệnh nhân từ 60 tuổi trở lên, tỷ lệ biến chứng sau phẫu

thuật trong 30 ngày là 1,6%. Mặc dù biến chứng là hiếm gặp, bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ theo dõi bạn chặt chẽ để đảm bảo quá trình hồi phục diễn ra suôn sẻ.

## Sau phẫu thuật

---

Bạn sẽ tỉnh dậy tại khu vực hồi sức với sự giám sát của y tá. Bác sĩ phẫu thuật sẽ kiểm soát cơn đau cho bạn bằng một phác đồ nhằm tránh sử dụng opioid mạnh khi có thể. Bạn sẽ được xuất viện với một loại nạng đỡ cánh tay (sling), băng gạc, và có thể cả một loại nẹp cố định. Hầu hết bệnh nhân nằm viện qua đêm sau ca phẫu thuật này, mặc dù một số ít có thể về nhà cùng ngày. Phẫu thuật này sử dụng phương pháp nội soi (phương pháp chui lỗ khóa) với hai hoặc ba vết rạch nhỏ và một camera nhỏ bên trong khớp. Bạn bắt buộc phải có người ở lại chăm sóc trong 24 giờ đầu tiên. Không lái xe trong ít nhất SÁU TUẦN sau bất kỳ phẫu thuật nào ở vai, bất kể cánh tay nào được phẫu thuật. Bệnh nhân đang mang nạng đỡ cánh tay (sling) KHÔNG ĐƯỢC lái xe. Xem [Lái xe sau phẫu thuật chi trên](#) để biết chi tiết.

## Phục hồi

---

Bạn sẽ có hai hoặc ba vết rạch nhỏ với một camera siêu nhỏ bên trong khớp vai. Phương pháp xâm lấn tối thiểu này giúp bác sĩ phẫu thuật của bạn quan sát và sửa chữa vấn đề với tổn thương tối thiểu cho cơ bắp của bạn. Trong vài ngày đầu, bạn có thể gặp một số cơn đau và sưng. Điều này là bình thường. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ hướng dẫn bạn cách giảm bớt khó chịu bằng cách chườm đá và dùng thuốc.

Bạn sẽ đeo nạng để bảo vệ khớp vai trong khi nó lành lại. Bạn không được lái xe khi đang đeo nạng. Đối với bác sĩ phẫu thuật này, bạn không được lái xe trong ít nhất sáu tuần sau bất kỳ cuộc phẫu thuật vai nào, bất kể cánh tay nào đã được phẫu thuật. Bạn có thể lái xe khi bác sĩ phẫu thuật cho phép, thường là tại buổi kiểm tra sáu tuần. Xem [Lái xe sau phẫu thuật chi trên](#) để biết thêm chi tiết.

Quá trình phục hồi của bạn bao gồm các bài tập vật lý trị liệu hàng ngày để khôi phục khả năng vận động và sức mạnh. Bạn sẽ bắt đầu với các chuyển động nhẹ nhàng và dần dần tăng cường hoạt động khi cơn đau cho phép. Cứng khớp nhẹ là phổ biến và không cần can thiệp mạnh mẽ. Chuyên viên vật lý trị liệu của bạn sẽ dạy bạn các cách an toàn để ngủ và thực hiện các nhiệm vụ hàng ngày tại nhà. Tránh nâng vật nặng hoặc với tay lên cao cho đến khi bác sĩ phẫu thuật khuyên otherwise.

Quá trình phục hồi khác nhau ở mỗi người. Thời gian của bạn có thể khác; bác sĩ phẫu thuật và chuyên viên vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn dựa trên tiến độ và quá trình lành bệnh của bạn.

## Những biến chứng có thể xảy ra

---

Hầu hết bệnh nhân đều hồi phục tốt, nhưng đôi khi có thể xảy ra các vấn đề. Bác sĩ phẫu thuật và đội ngũ y tế sẽ theo dõi bạn sát sao để phát hiện sớm bất kỳ vấn đề nào.

### 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

Nhiễm trùng là một rủi ro hiếm gặp. Bạn có thể nhận thấy tình trạng đỏ, nóng hoặc sưng ngày càng tăng xung quanh các vết rạch nhỏ. Khu vực đó có thể cảm thấy nhạy cảm hoặc đau nhói nhiều hơn dự kiến. Bạn cũng có thể bị sốt hoặc ớn lạnh. Nếu thấy các dấu hiệu này, hãy gọi ngay cho văn phòng của bác sĩ phẫu thuật. Họ sẽ quyết định xem bạn có cần được thăm khám khẩn cấp hay không.

Đông cứng vai là một vấn đề tiềm năng khác. Tình trạng này khiến vai của bạn cảm thấy cứng và căng. Bạn có thể thấy khó nâng cánh tay hoặc vớ ra sau lưng. Cơn đau có thể sâu và âm ỉ, đặc biệt là vào ban đêm. Nếu cảm thấy tình trạng cứng này tái phát, hãy đề cập đến điều này trong lần tái khám tiếp theo. Các bài tập vận động sớm có thể giúp ngăn ngừa tình trạng trở nên nghiêm trọng.

Đôi khi, khớp vai có thể trở nên mất ổn định trở lại. Điều này phổ biến hơn nếu bạn đã phẫu thuật để ổn định khớp vai bị trật. Bạn có thể cảm thấy có tiếng lách cách, ma sát hoặc cảm giác trượt. Khớp có thể cảm thấy như bị yếu đi hoặc sập xuống. Nếu điều này xảy ra, hãy ngừng sử dụng cánh tay một cách nặng nề và liên hệ với bác sĩ phẫu thuật. Họ có thể kiểm tra xem vết sửa chữa có đang duy trì đúng cách hay không.

Hiếm khi, sụn bên trong khớp có thể bị phá vỡ nhanh chóng. Đây được gọi là nhuyễn sụn (chondrolysis). Nó có thể gây ra cơn đau dữ dội, đột ngột và mất khả năng vận động. Vai có thể cảm thấy cứng và yếu. Vì biến chứng này có thể xảy ra nhanh chóng sau các thủ thuật thông thường, hãy báo ngay cho bác sĩ phẫu thuật nếu bạn gặp phải bất kỳ cơn đau nhói, không rõ nguyên nhân hoặc mất khả năng vận động đột ngột nào.

Nếu bạn đã từng phẫu thuật cổ trước đây, nguy cơ biến chứng của bạn sẽ cao hơn. Bạn có thể trải qua nhiều cơn đau hơn hoặc cần dùng thuốc giảm đau mạnh hơn trong thời gian dài hơn. Bạn cũng có thể cần một thủ thuật thứ hai sớm hơn dự kiến. Hãy chắc chắn thông báo cho bác sĩ phẫu thuật về bất kỳ ca phẫu thuật cổ nào trước đây để họ có thể lập kế hoạch chăm sóc cho bạn một cách cẩn thận.

Bảng biến chứng trên trang này liệt kê các tỷ lệ điển hình nếu bạn muốn biết chi tiết.

## Khi nào nên gọi cho chúng tôi

---

Gọi cho chúng tôi nếu bạn bị sốt, vết mổ ngày càng đỏ hoặc có dịch chảy ra. Đến phòng cấp cứu nếu bạn bị đau dữ dội đột ngột, sưng bắp chân hoặc khó thở. Hãy tìm kiếm sự giúp đỡ ngay lập tức nếu bạn mất cảm giác hoặc không thể cử động chi của mình. Những triệu chứng này cần được đánh giá khẩn cấp để đảm bảo quá trình hồi phục của bạn diễn ra thuận lợi.