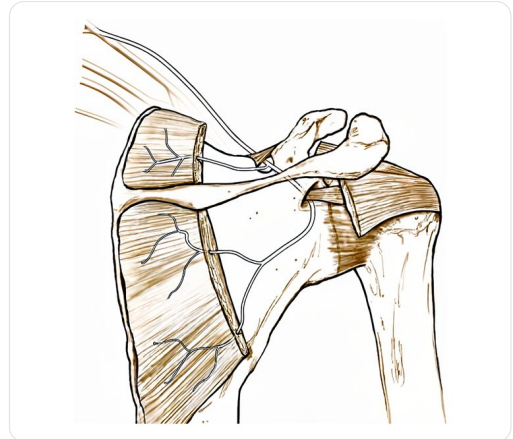


# Bệnh lý thần kinh dưới gai

Dây thần kinh trên gai, có thể bị chèn ép tại hõm của xương bả vai.

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.

## Những gì bạn đang cảm nhận

Bạn có thể cảm thấy đau hoặc yếu ở vai. Ở những người trẻ, năng động, đây thường là hai triệu chứng chính mà bạn nhận thấy đầu tiên. Cơn đau thường nằm sâu ở phía sau vai hoặc gần phần trên của xương bả vai. Bạn có thể cảm thấy đau khi nâng cánh tay hoặc đưa tay ra sau lưng để cài áo ngực.

Các triệu chứng của bạn thường trở nên nghiêm trọng hơn sau khi sử dụng cánh tay. Những công việc đơn giản như nhét áo vào quần hoặc vớ tay lên kệ cao có thể trở nên khó khăn. Bạn có thể thấy khó ngủ ở bên vai bị ảnh hưởng. Cơn đau cũng có thể bùng phát vào ban đêm hoặc khi bạn vừa thức dậy vào buổi sáng.

Đôi khi, bạn có thể nhận thấy vai của mình cảm thấy yếu mà không có bất kỳ chấn thương rõ ràng nào. Điều này xảy ra do dây thần kinh kiểm soát các cơ vòng xoay (rotator cuff) bị chèn ép. Sự chèn ép này thường xảy ra tại một khoảng không gian hẹp được gọi là rãnh trên gai (suprascapular notch) hoặc rãnh gai vai (spinoglenoid notch). Nếu bác sĩ phẫu thuật của bạn không tìm thấy nguyên nhân rõ ràng cho sự chèn ép này, họ có thể sẽ bắt đầu bằng các phương pháp điều trị không phẫu thuật như vật lý trị liệu và thuốc chống viêm.

## Những gì thực sự đang xảy ra

Trong vai của bạn, một dây thần kinh gọi là dây thần kinh trên gai chạy qua một ống hẹp gần đỉnh xương bả vai của bạn. Đôi khi, ống này tự nhiên quá chật hoặc có thêm xương hoặc mô sẹo chèn ép dây thần kinh. Sự chèn ép này được gọi là chèn ép dây thần kinh. Nó có thể xảy ra do hình dạng xương của bạn, sự tích tụ canxi trong dây chằng, hoặc một khối mỡ nhỏ chèn ép lên dây thần kinh.

Khi dây thần kinh này bị chèn ép, nó gửi tín hiệu đến các cơ vai của bạn, báo hiệu cho chúng ngừng hoạt động bình thường. Điều này có thể khiến các cơ của bạn teo đi và chuyển hóa thành mỡ, ngay cả khi các gân kết nối chúng với xương vẫn còn nguyên vẹn. Bạn có thể cảm thấy đau hoặc yếu đột ngột vì dây thần kinh không thể gửi đúng thông điệp để di chuyển cánh tay của bạn. Trong một số trường hợp, một vết bầm lớn hoặc cục máu đông bên trong vai cũng có thể chèn ép dây thần kinh này và gây ra các triệu chứng tương tự.

Bác sĩ phẫu thuật của bạn biết chính xác vị trí của dây thần kinh này để tránh làm tổn thương nó trong quá trình phẫu thuật. Tuy nhiên, nếu một vít được đặt sai vị trí trong quá trình thay khớp vai, nó có thể vô tình chèn ép dây thần kinh. Nếu không có vật thể rõ ràng nào chèn ép lên dây thần kinh, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể sẽ bắt đầu với điều trị không phẫu thuật như nghỉ ngơi và dùng thuốc. Phẫu thuật để giải phóng dây thần kinh thường được dành cho các trường hợp bạn có đau hoặc yếu tiến triển không cải thiện với các phương pháp điều trị khác.

## Những gì chúng tôi có thể làm về vấn đề này

---

Hầu hết các trường hợp thần kinh trên gai bị chèn ép bắt đầu với điều trị bảo tồn. Bạn sẽ bắt đầu với vật lý trị liệu, thay đổi hoạt động và các thuốc chống viêm không steroid. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể khuyến nghị nghỉ ngơi hoặc điều chỉnh các cử động gây đau vai. Phương pháp này là bước đầu tiên tiêu chuẩn khi không có sự chèn ép cơ học rõ ràng lên dây thần kinh. Nhiều bệnh nhân tìm thấy sự giảm đau thông qua kế hoạch bảo tồn này. Một số trường hợp, chẳng hạn như những trường hợp do u nang hoặc cục máu đông, có thể tự khỏi với việc theo dõi chặt chẽ.

Nếu cơn đau vẫn tiếp diễn, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể thảo luận về các lựa chọn quản lý bằng thuốc. Các thuốc chống viêm không steroid giúp giảm sưng và đau tại khu vực. Mặc dù bằng chứng không chỉ định chính xác thời gian cho các mũi tiêm như cortisone hoặc axit hyaluronic, nhưng những phương pháp điều trị này nhằm mục đích làm dịu tình trạng viêm. Ở một số bệnh nhân, chọc hút u nang hoặc u nang khớp bằng kim có thể dẫn đến cải thiện lâm sàng và hình ảnh học. Mục tiêu là giảm áp lực lên dây thần kinh để bạn có thể cử động vai thoải mái hơn.

Phẫu thuật được xem xét khi bạn có cơn đau hoặc yếu tố tiến triển, hoặc khi một cấu trúc cụ thể đang chèn ép dây thần kinh. Bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể khuyến nghị giải phóng nội soi để giải phóng dây thần kinh trên gai khỏi các dây chằng hoặc rãnh bị hẹp. Thủ thuật này an toàn và hiệu quả đối với nhiều bệnh nhân, bao gồm cả vận động viên bởi lợi thi đấu, thường cho phép quay trở lại thể thao với cơn đau đã được giải quyết. Nếu bạn có vết rách gân xoay cuff, phẫu thuật có thể tập trung vào việc sửa chữa gân, mặc dù việc thêm giải phóng dây thần kinh không phải lúc nào cũng cải thiện kết quả trong những trường hợp cụ thể này. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ quyết định xem bước này có phù hợp với bạn hay không dựa trên các triệu chứng và kết quả xét nghiệm của bạn.

## Khi nào cần gặp bác sĩ

---

Hãy gặp bác sĩ đa khoa nếu bạn bị đau hoặc yếu vai không cải thiện khi nghỉ ngơi. Hãy yêu cầu đánh giá bởi bác sĩ chuyên khoa nếu bạn nhận thấy vai bị khóa hoặc đột ngột mất sức. Bạn cũng nên tìm kiếm sự giúp đỡ nếu các triệu chứng ảnh hưởng đến giấc ngủ hoặc công việc, hoặc nếu bạn trải qua tình trạng đau tăng lên đột ngột. Bác sĩ phẫu thuật sẽ kiểm tra tình trạng chèn ép dây thần kinh tại khe trên gai hoặc khe gai vai. Mặc dù nguyên nhân chính xác thường không rõ ràng, việc đánh giá sớm giúp tránh bỏ sót các vấn đề. Điều trị ban đầu thường bao gồm vật lý trị liệu và thuốc chống viêm. Phẫu thuật chỉ cần thiết nếu có chèn ép dây thần kinh rõ ràng hoặc nếu tình trạng yếu và đau tiếp tục trở nên nghiêm trọng hơn.