

Chứng chèn ép tủy cổ

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

Những triệu chứng mà bạn đang gặp phải

Bệnh lý tủy cổ là tình trạng hao mòn do lão hóa ở vùng cổ, gây chèn ép tủy sống. Tình trạng này chủ yếu ảnh hưởng đến những người trên 55 tuổi. Các dấu hiệu ban đầu thường rất mơ hồ, vì vậy nhiều người cho rằng đó là di chứng của tuổi tác.

Những thay đổi thường gặp nhất xuất hiện ở đôi tay. Bạn có thể cảm thấy vụng về và hay làm rơi đồ vật. Các thao tác đơn giản cũng trở nên khó khăn hơn: nhặt đồng xu, cài nút áo, hoặc viết chữ bằng tay. Chữ viết tay của bạn có thể thay đổi so với trước đây. Cảm giác tê ở cánh tay hoặc bàn tay cũng khá phổ biến; tuy nhiên, tình trạng này thường không tuân theo mô hình rõ ràng theo từng dây thần kinh riêng lẻ.

Cách đi lại của bạn cũng có thể thay đổi. Bạn có thể cảm thấy mất thăng bằng, va vào tường, hoặc phải dang chân rộng ra mới giữ được vững. Một số người thậm chí bị ngã. Hai chân có thể trở nên cứng đờ, và các bước đi mất đi sự nhẹ nhàng như trước.

Một triệu chứng kỳ lạ mà một số người gặp phải là cảm giác như có dòng điện chạy dọc sống lưng xuống cánh tay hoặc chân khi cúi đầu về phía trước. Đây được gọi là dấu hiệu Lhermitte.

Nhức đầu cũng có thể xuất hiện trong bệnh này. Cơn đau thường tập trung ở vùng sau đầu, nặng hơn vào buổi sáng và giảm dần trong ngày.

Một số triệu chứng mà người ta thường nghĩ sẽ gặp lại không xuất hiện ở nhiều bệnh nhân. Đau cổ có thể không xuất hiện, ngay cả khi tình trạng tổn thương đã tiến triển nặng. Tình trạng yếu cơ thường xuất hiện muộn hoặc thậm chí không xuất hiện. Các rối loạn về đại tiện, tiểu tiện cũng thường xuất hiện muộn, nếu có.

Nếu không được điều trị, hơn 50% bệnh nhân sẽ dần bị suy giảm chức năng nghiêm trọng. Phẫu thuật nhằm ngăn chặn tiến triển của bệnh; hiệu quả càng cao nếu được thực hiện sớm. Việc điều trị kịp thời sẽ giúp bệnh nhân hồi phục tốt hơn.

Nếu các triệu chứng trên trùng khớp với tình trạng của bạn, việc đi kiểm tra vùng cổ là điều rất cần thiết.

Chuyện gì đang thực sự xảy ra

Cổ của bạn gồm nhiều đốt sừng, giữa mỗi cặp đốt sừng là một lớp đệm mềm. Những lớp đệm này đóng vai trò như bộ giảm xóc. Phía sau chúng là một ống xương bảo vệ tủy sừng – bó dây thần kinh truyền các tín hiệu giữa não bộ và toàn bộ cơ thể.

Theo thời gian, những lớp đệm này bị khô đi và giảm chiều cao. Khi chúng bị dẹt xuống, các đốt sừng phía trên và dưới lại gần nhau hơn; cơ thể cũng tạo thêm xương ở các rìa. Các dây chằng bên trong ống xương cũng dày lên và gấp nếp. Tất cả những thay đổi này khiến ống xương bị thu hẹp từ cả phía trước lẫn phía sau. Tủy sừng bị kẹp giữa lớp đệm phía trước phình ra và các dây chằng gấp nếp phía sau.

Một số người sinh ra đã có ống xương hẹp hơn người khác; vì vậy không còn nhiều không gian dự phòng, nên chỉ cần một mức độ hao mòn nhỏ cũng đủ khiến tủy sừng bị chèn ép. Việc ngửa cổ ra sau khiến ống xương càng hẹp hơn; đó là lý do tại sao một số triệu chứng trở nên trầm trọng khi bạn ngước nhìn lên. Cúi cổ nhẹ về phía trước lại giúp giảm áp lực lên tủy sừng.

Khi bị chèn ép, tủy sừng không chỉ gây đau đớn mà còn mất khả năng hoạt động bình thường. Các tín hiệu thần kinh truyền qua tủy trở nên chậm chạp hoặc bị nhiễu; vì vậy tay bạn trở nên vụng về, bước đi mất thăng bằng, và cảm giác như có dòng điện chạy dọc cơ thể mỗi khi bạn cúi cổ về phía trước.

Hiện tượng hao mòn này khá phổ biến; hầu hết những người trên 55 tuổi đều có dấu hiệu trên phim chụp, nhưng phần lớn không gặp bất kỳ triệu chứng nào. Vấn đề chỉ phát sinh khi mức độ hẹp ống xương vượt quá giới hạn mà tủy sừng vẫn còn chỗ để “thở”. Lúc đó các triệu chứng thường xuất hiện từng đợt: có giai đoạn không thay đổi gì, rồi đột ngột trở nên trầm trọng hơn.

Nếu không được điều trị, tình trạng này thường tiến triển xấu dần; hơn một nửa số người không chữa trị sẽ bị khuyết tật nặng. Đó là lý do phẫu thuật được chỉ định: nhằm giảm áp lực lên tủy sừng để ngăn ngừa diễn tiến xấu. Việc phẫu thuật càng sớm thì cơ hội hồi phục càng cao.

Những biện pháp chúng tôi có thể áp dụng

Đối với trường hợp hao mòn nhẹ mà không có triệu chứng liên quan đến tủy sừng, chúng tôi thường bắt đầu bằng các biện pháp điều trị không phẫu thuật. Các biện pháp này có thể bao gồm việc đeo nẹp cổ cứng, dùng thuốc chống viêm và các bài tập đẳng trường – tức là bạn siết chặt cơ cổ mà không làm di chuyển khớp. Vật lý trị liệu nhằm giúp bạn vận động an toàn và giảm các triệu chứng. Nếu chọn hướng điều trị này, việc theo dõi chặt chẽ và thường xuyên là điều rất quan trọng; chúng tôi luôn theo dõi mọi thay đổi vì tình trạng này có thể xấu đi đột ngột theo từng nấc.

Với một số người, việc phẫu thuật nên được cân nhắc sớm hơn. Nếu các kết quả chụp chiếu cho thấy tủy sừng bị chèn ép nhưng bạn chưa có triệu chứng của bệnh lý tủy, những thay đổi nhất định trên các xét nghiệm

thần kinh lại cho thấy nguy cơ xuất hiện các triệu chứng này cao hơn. Trong trường hợp đó, chúng tôi sẽ trao đổi với bạn về phương án phẫu thuật để bạn có thể cân nhắc kỹ lưỡng.

Khi các triệu chứng của bệnh lý tủy ở mức độ vừa hoặc nặng, phẫu thuật thường là lựa chọn được khuyến nghị. Mục tiêu là giảm áp lực lên tủy sống và các dây thần kinh bị chèn ép, điều chỉnh bất kỳ dị dạng nào, đồng thời giữ cố ổn định để kết quả điều trị được duy trì lâu dài. Việc điều trị sớm sẽ nâng cao khả năng hồi phục, đặc biệt đối với những người ít gặp các vấn đề sức khỏe khác. Trong trường hợp tủy sống bị chèn ép nghiêm trọng, phẫu thuật còn nhằm cải thiện chức năng vận động chứ không chỉ ngăn chặn sự tiến triển của bệnh.

Về kỹ thuật phẫu thuật, chúng tôi đã có trang riêng nên sẽ không mô tả chi tiết ở đây. Nói ngắn gọn, ca phẫu thuật có thể được thực hiện từ phía trước cổ hoặc phía sau; lựa chọn phương pháp phụ thuộc vào vị trí tủy bị chèn ép, số mức đốt sống bị ảnh hưởng và cấu trúc cổ của bạn. Chúng tôi sẽ giải thích cho bạn các phương án phù hợp với kết quả chụp chiếu và triệu chứng, rồi cùng bạn quyết định.

Những điều bạn có thể mong đợi

Tình trạng này hiếm khi tự khỏi. Nếu không được điều trị, nó thường tiến triển xấu đi thay vì cải thiện; đôi khi diễn biến này xảy ra đột ngột sau những giai đoạn tưởng chừng ổn định. Hơn một nửa số người không điều trị sẽ bị khuyết tật nghiêm trọng. Thời gian các triệu chứng xuất hiện càng lâu thì khả năng hồi phục tốt càng thấp; vì vậy việc điều trị sớm là rất quan trọng.

Mục tiêu của phẫu thuật là ngăn chặn sự tiến triển của bệnh; đối với nhiều người, nó còn giúp cải thiện chức năng vận động. Hầu hết mọi người đều có tiến triển tích cực sau phẫu thuật, dù không phải mọi cải thiện ban đầu đều duy trì được lâu dài. Đến 10 năm sau phẫu thuật, có tới 17,9% người bệnh bị tái xuất hiện một phần triệu chứng. Nhìn xa hơn, 89,3% bệnh nhân duy trì được chức năng thần kinh sau 5 năm phẫu thuật, và 77,3% sau 10 năm. Những người có triệu chứng nhẹ thường có khả năng hồi phục tốt hơn; những người được điều trị sớm, khi bệnh chưa tiến triển nhiều và ít có bệnh lý nền, thường đạt kết quả tốt hơn.

Quá trình hồi phục diễn ra từ từ chứ không tức thì. Lợi ích từ việc giảm áp lực lên tủy sống chỉ trở nên rõ rệt sau nhiều tháng, chứ không phải ngay lập tức. Một số triệu chứng cải thiện nhiều hơn những triệu chứng khác; không ai có thể đảm bảo triệu chứng nào của bạn sẽ hồi phục. Nếu bạn mắc bệnh tiểu đường, lớn tuổi, hoặc đã có triệu chứng trong thời gian dài, quá trình hồi phục có thể chậm hơn. Tuy vậy, phẫu thuật vẫn là lựa chọn hợp lý đối với người cao tuổi.

Bên cạnh đó, cũng cần cân nhắc các rủi ro có thể xảy ra. Sau phẫu thuật từ phía trước cổ, việc nuốt có thể gặp khó khăn trong một thời gian, giọng nói cũng có thể thay đổi; cả hai tình trạng này thường chỉ tạm thời. Theo thời gian, hao mòn mới có thể xuất hiện ở các tầng đốt sống kế cận đoạn đã được làm cứng (hàn xương), với tốc độ khoảng 3% mỗi năm. Bác sĩ phẫu thuật sẽ giải thích chi tiết những rủi ro liên quan đến ca mổ của bạn trước khi bạn đưa ra quyết định.

Khi nào nên đi khám

Hãy đến gặp bác sĩ đa khoa ngay nếu bạn nhận thấy bất kỳ dấu hiệu nào sau đây: tay vùng vể hoặc tê cứng, gặp khó khăn khi cài cúc áo hoặc xử lý những vật nhỏ như đồng xu, chữ viết tay thay đổi, đi lại không vững, chân cứng đờ, hoặc cảm giác như bị điện giật khi cúi đầu về phía trước. Những dấu hiệu này có thể rất nhẹ và dễ bị cho là do tuổi tác, nhưng bạn vẫn nên đi khám kỹ thay vì chờ đợi xem chúng có tự hết không.

Hãy yêu cầu được khám bởi bác sĩ chuyên khoa nếu bác sĩ đa khoa nghi ngờ tủy sống đang bị chèn ép, hoặc nếu các triệu chứng của bạn rõ ràng đang xấu đi theo từng nấc.

Hãy đến phòng cấp cứu ngay nếu bạn đột nhiên mất sức mạnh hoặc cảm giác ở tay chân, hoặc nếu không thể kiểm soát việc tiểu tiện hay đại tiện. Những thay đổi đột ngột như vậy cần được đánh giá ngay trong ngày, vì tình trạng chèn ép tủy sống diễn ra nhanh có thể gây ra những tổn thương lâu dài.