

Giải phóng De Quervain

Thử nghiệm Finkelstein tái tạo cơn đau của hội chứng de Quervain: việc thu ngón cái vào trong nắm tay và nghiêng cổ tay sang một bên sẽ kéo căng các gân bị viêm. Mũi tên đánh dấu vị trí điển hình của cơn đau ở phía cổ tay thuộc bên ngón cái.

Kieran Hirpara © 2019 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

Bác sĩ phẫu thuật của bạn đã đề xuất phẫu thuật này vì bạn bị viêm bao hoạt dịch de Quervain, một tình trạng khiến các gân ở mặt bên của cổ tay (phía ngón cái) bị sưng và đau. Phẫu thuật này bao gồm việc tạo một vết rạch nhỏ để giải phóng bao gân bị siết chặt bao quanh các gân này, giúp chúng trượt tự do trở lại. Phẫu thuật thường được chỉ định khi các phương pháp điều trị không phẫu thuật, chẳng hạn như tiêm corticosteroid và nghỉ ngơi, không mang lại đủ sự giảm đau.

Bạn có thể được khuyến nghị thực hiện thủ thuật này vì cơn đau của bạn dai dẳng, hoặc do bạn có các yếu tố cụ thể như liệu pháp thay thế testosterone làm tăng nguy cơ cần phẫu thuật. Mục tiêu chính của phẫu thuật này là giảm đau và khôi phục chức năng của bàn tay, giúp bạn sử dụng ngón cái mà không khó chịu. Mặc dù hầu hết bệnh nhân đều thấy điều trị này có hiệu quả, bác sĩ phẫu thuật muốn đảm bảo bạn hiểu rằng quá trình hồi phục cần thời gian và thủ thuật nhằm giải quyết nguyên nhân gốc rễ gây đau cổ tay.

Trước khi phẫu thuật

Vui lòng nhịn ăn theo thời gian mà bác sĩ phẫu thuật chỉ định và sắp xếp người đưa về nhà. Mang theo danh sách tất cả các loại thuốc bạn đang sử dụng, bao gồm testosterone hoặc hormone tăng trưởng, vì những loại thuốc này có thể ảnh hưởng đến ca phẫu thuật của bạn. Mặc quần áo thoải mái. Bạn có thể cần chụp X-quang để loại trừ các nguyên nhân khác gây đau cổ tay nếu các triệu chứng không cải thiện khi nghỉ ngơi. Bác sĩ phẫu thuật sẽ xem xét tình trạng sức khỏe của bạn và có thể yêu cầu xét nghiệm máu hoặc đánh giá gây mê để đảm bảo bạn an toàn cho thủ thuật. Phẫu thuật này sử dụng một vết rạch nhỏ duy nhất trên vùng đau để giải phóng mô bị căng.

Vào ngày phẫu thuật

Bạn sẽ đến bệnh viện và gặp bác sĩ phẫu thuật cùng bác sĩ gây mê để xác nhận kế hoạch điều trị. Phẫu thuật này có thể được thực hiện gây tê tại chỗ (tiêm thuốc gây tê chỉ khu vực phẫu thuật, bạn vẫn tỉnh táo) hoặc gây mê toàn thân (ngủ hoàn toàn). Đa số bệnh nhân chọn gây tê tại chỗ: thời gian hồi phục nhanh hơn và bạn có thể về nhà ngay sau đó. Nếu bạn muốn được gây mê toàn thân, đây cũng là một lựa chọn hợp lý; hãy thảo luận điều này với bác sĩ phẫu thuật và bác sĩ gây mê của bạn.

Sau đó, bạn sẽ được đưa vào phòng mổ, nơi bác sĩ phẫu thuật thực hiện giải phóng dây chằng qua một vết rạch nhỏ ở bên cổ tay. Sau phẫu thuật, bạn sẽ tỉnh dậy tại phòng hồi sức, trong khi nhân viên y tế kiểm tra xem bạn có cảm thấy thoải mái và ổn định hay không. Thông thường, bạn có thể về nhà cùng ngày khi đã sẵn sàng.

Thủ thuật bao gồm những gì

Bác sĩ phẫu thuật sẽ thực hiện một đường rạch duy nhất ở mặt sau cổ tay để tiếp cận khoang gian cơ thứ nhất. Đây là đường hầm mô đang chèn ép các gân của bạn. Bên trong, bác sĩ phẫu thuật sẽ giải phóng dải mô chặt, được gọi là bao hoạt dịch (retinaculum), để thả lỏng các gân. Trong một số trường hợp, kỹ thuật Z-plasty có thể được sử dụng để kéo dài dải mô này nếu cần thiết. Nếu một khoang riêng biệt được phát hiện chỉ chèn ép gân cái, bác sĩ phẫu thuật sẽ thăm dò cả hai khu vực để đảm bảo giải phóng hoàn toàn.

Sau khi mô chặt được giải phóng, bác sĩ phẫu thuật sẽ khâu kín đường rạch bằng chỉ. Những mũi khâu này có thể tự tiêu hoặc được tháo bỏ sau đó. Thủ thuật tập trung vào việc loại bỏ sự chèn ép gây đau và hiện tượng kẹt ngón. Cả phương pháp giải phóng đơn giản và Z-plasty đều là những kỹ thuật hiệu quả cho tình trạng này. Bác sĩ phẫu thuật sẽ đảm bảo việc giải phóng là hoàn toàn để tránh sự không hài lòng do điều trị không trọn vẹn hoặc sự di chuyển của gân.

Phương pháp mở này cho phép bác sĩ phẫu thuật trực tiếp nhìn thấy và điều trị các cấu trúc liên quan. Mặc dù có các kỹ thuật khác, phương pháp này được lựa chọn vì độ tin cậy trong việc giải quyết nguyên nhân gốc rễ của các triệu chứng của bạn. Mục tiêu là khôi phục chuyển động mượt mà cho ngón cái và cổ tay mà không còn sự hạn chế nào nữa.

Sau phẫu thuật

Bạn sẽ tỉnh lại tại khoa hồi sức, nơi nhóm y tế sẽ kiểm soát cơn đau của bạn. Bác sĩ phẫu thuật sử dụng một vết rạch thông thường duy nhất tại vị trí phẫu thuật. Thông thường, đây là một ca phẫu thuật ngày, vì vậy bạn có thể về nhà trong cùng ngày, mặc dù đôi khi bệnh nhân phải ở lại qua đêm. Bạn sẽ được băng bó và đeo nẹp hoặc đai bảo vệ cổ tay. Bạn cần có người ở bên cạnh trong 24 giờ đầu để hỗ trợ bạn. Việc vận động nhẹ nhàng các ngón tay được khuyến khích ngay lập tức để duy trì khả năng cử động của chúng. Hầu hết mọi

người cảm thấy sẵn sàng trở lại các hoạt động hàng ngày nhẹ nhàng sau vài ngày. Bác sĩ phẫu thuật sẽ xem xét lại hướng dẫn chăm sóc vết mổ trước khi bạn xuất viện.

Phục hồi

Ngay sau khi phẫu thuật, bạn sẽ cảm thấy đau nhức và sưng nề quanh ngón cái và cổ tay. Đây là điều bình thường. Bác sĩ phẫu thuật có thể băng nhẹ hoặc nẹp cố định để bảo vệ vùng tổn thương trong quá trình lành vết thương. Bạn nên giữ bàn tay của mình ở vị trí cao hơn tim càng nhiều càng tốt để giúp giảm sưng.

Bạn có thể phải đeo nẹp hoặc khớp chỉnh hình trong một thời gian ngắn để giữ cho ngón cái bất động. Bác sĩ phẫu thuật và nhà vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn thời điểm bắt đầu các cử động nhẹ nhàng. Bạn có thể thực hiện các bài tập ngón tay đơn giản để duy trì sự vận động của bàn tay trong khi ngón cái nghỉ ngơi. Tránh các động tác nắm chặt hoặc nâng vật nặng cho đến khi bác sĩ phẫu thuật cho phép.

Khi tình trạng sưng nề giảm đi, bạn sẽ nhận thấy bàn tay trở nên linh hoạt hơn và ít đau hơn. Bạn sẽ dần dần quay trở lại các hoạt động hàng ngày như ăn uống hoặc viết khi bác sĩ phẫu thuật xác nhận là an toàn. Thời gian phục hồi hoàn toàn của bạn có thể khác nhau, vì vậy bác sĩ phẫu thuật và nhà vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn qua từng giai đoạn.

Những biến chứng có thể xảy ra

Hầu hết bệnh nhân đều tiến triển tốt, nhưng các vấn đề đôi khi có thể xảy ra. Bác sĩ phẫu thuật và nhóm chăm sóc theo dõi bạn chặt chẽ để phát hiện sớm bất kỳ vấn đề nào.

Nếu bạn bị tiểu đường, bạn có thể nhận thấy rằng một mũi tiêm steroid duy nhất không hiệu quả bằng ở những bệnh nhân khác. Bạn có thể cân nhắc luận về các lựa chọn khác nếu cơn đau không giảm sau lần điều trị đầu tiên.

Nếu bạn đã được tiêm steroid nhiều lần trước đây, bạn có thể nhận thấy rằng khả năng thành công của phương pháp điều trị này hiện thấp hơn. Số lần tiêm càng nhiều thì cơ hội khắc phục hoàn toàn vấn đề càng thấp.

Đôi khi, một chấn thương ở cổ tay có thể gây ra tình trạng này, nhưng nó thường bị bỏ sót ở giai đoạn đầu vì tình trạng này hiếm gặp. Nếu bạn vừa trải qua một chấn thương gần đây và cơn đau vẫn tiếp diễn, hãy báo cho bác sĩ phẫu thuật để họ có thể tìm kiếm nguyên nhân cụ thể này.

Trong khi bác sĩ phẫu thuật sử dụng phương pháp mổ mở tiêu chuẩn, bạn nên theo dõi các dấu hiệu kích thích thần kinh. Bạn có thể cảm thấy tê rất đột ngột, tê bì hoặc cảm giác nóng rát ở mặt sau của bàn tay hoặc ngón cái. Nếu điều này xảy ra, hãy báo cho bác sĩ phẫu thuật biết ngay lập tức.

Nếu bạn nhận thấy cơn đau sâu không thuyên giảm với các loại thuốc giảm đau thông thường, hoặc nếu vùng đó trở nên đỏ và sưng nề rõ rệt, hãy gọi cho phòng khám ngay lập tức. Những dấu hiệu này có thể cho thấy cần được xử trí sớm hơn là muộn.

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, đỏ tăng lên hoặc có dịch chảy ra từ vết thương. Đi đến khoa cấp cứu nếu bạn cảm thấy đau dữ dội đột ngột, sưng bắp chân hoặc khó thở. Liên hệ với chúng tôi ngay lập tức nếu bạn mất cảm giác ở bàn tay hoặc không thể cử động chi của mình. Những dấu hiệu này cần được đánh giá khẩn cấp bởi bác sĩ phẫu thuật của bạn.