

Nội soi khớp cổ tay

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

Khôi phục nhanh chóng. Tổng hợp từ 47 nghiên cứu đã công bố — tốc độ phục hồi của bạn có thể khác biệt.

NHIỆM VỤ NHẸ làm việc tại bàn, lái xe, các công việc hàng ngày	HẦU HẾT CÁC HOẠT ĐỘNG HÀNG NGÀY công việc thủ công, thể thao, phòng gym	ĐỈNH ĐIỂM CỦA KẾT QUẢ CUỐI CÙNG đau và sức mạnh
2-6 weeks	12 months	12 months
Việc quay lại các hoạt động nhẹ và công việc văn phòng thường diễn ra trong vòng 2 đến 6 tuần, mặc dù một số bệnh nhân có thể gặp phải tình trạng cứng khớp tạm thời.	Sự cải thiện đáng kể về đau đớn và tình trạng tàn tật thường được quan sát thấy trong vòng một năm, với phần lớn bệnh nhân đạt được sự phục hồi chức năng hoàn toàn vào thời điểm này.	Sự cải thiện tối đa thường được ghi nhận trong năm đầu tiên sau phẫu thuật, mặc dù mức độ đau đớn và tàn tật ở mức độ trung bình có thể vẫn tồn tại ở một số bệnh nhân.

Lý do phẫu thuật này được đề xuất

Trang này phản ánh cách tiếp cận của Bác sĩ Kieran Hirpara, một bác sĩ phẫu thuật chi trên tại Bệnh viện Tư nhân Mater Rockhampton, đối với nội soi khớp cổ tay tại phòng khám của chúng tôi. Nội soi khớp cổ tay là một thủ thuật xâm lấn tối thiểu, trong đó bác sĩ phẫu thuật sử dụng một camera nhỏ và các dụng cụ mỏng qua hai hoặc ba vết rạch nhỏ để quan sát bên trong và điều trị khớp cổ tay của bạn.

Chúng tôi thường khuyến nghị thực hiện thủ thuật này sau khi các phương pháp điều trị không phẫu thuật không mang lại sự cải thiện đáng kể. Đối với các trường hợp mòn khớp mãn tính, chúng tôi thường thử thay đổi hoạt động, vật lý trị liệu, nẹp cố định hoặc tiêm trước. Nếu bạn có một chấn thương cấu trúc hoặc vấn đề cấp tính, phẫu thuật có thể được khuyến nghị sớm hơn. Cách tiếp cận này giúp chúng tôi đánh giá chính xác bề mặt khớp và phát hiện các tổn thương phần mềm mà các xét nghiệm hình ảnh có thể bỏ sót.

Lợi ích chính là giảm đau và cải thiện chức năng. Bệnh nhân bị đau cổ tay dai dẳng thường thấy mức độ đau và tàn tật giảm khoảng 50% trong vòng một năm. Tuy nhiên, hầu hết bệnh nhân vẫn tiếp tục có một số cơn đau và hạn chế chức năng sau một năm. Chúng tôi thảo luận về những kết quả này với bạn để đảm bảo quyết định chung này phù hợp với mục tiêu của bạn về sự ổn định và chức năng hàng ngày.

Trước khi phẫu thuật

Vui lòng nhịn ăn trong sáu giờ trước ca phẫu thuật của bạn. Chúng tôi khuyên bạn nên ngừng một số loại thuốc làm loãng máu, nhưng bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ đưa ra hướng dẫn cụ thể. Hãy sắp xếp phương tiện đưa đón về nhà và mang theo danh sách các loại thuốc hiện tại bạn đang dùng. Mặc trang phục thoải mái. Bạn có thể cần chụp X-quang, chụp cộng hưởng từ (MRI) hoặc xét nghiệm máu trước đó. Các xét nghiệm này giúp chúng tôi quan sát khớp một cách rõ ràng và đảm bảo an toàn cho việc gây mê. Chúng tôi thực hiện nội soi cổ tay bằng hai hoặc ba vết rạch nhỏ. Một camera siêu nhỏ cho phép chúng tôi quan sát bên trong cổ tay của bạn. Phương pháp tiếp cận qua lỗ khóa này giúp chúng tôi điều trị tình trạng của bạn với sự xâm lấn tối thiểu vào da và cơ.

Vào ngày phẫu thuật

Bạn sẽ đến bệnh viện để thực hiện phẫu thuật nội soi cổ tay. Đội ngũ của chúng tôi sẽ hướng dẫn bạn làm thủ tục nhập viện và giúp bạn cảm thấy thoải mái. Bạn sẽ gặp bác sĩ gây mê để thảo luận về kế hoạch kiểm soát đau và đảm bảo an toàn. Phẫu thuật này được thực hiện dưới gây mê toàn thân. Bạn sẽ hoàn toàn ngủ trong suốt quá trình phẫu thuật. Một số bệnh nhân cũng có thể được gây tê vùng để giảm đau sau phẫu thuật – bác sĩ gây mê sẽ quyết định vào ngày phẫu thuật dựa trên tình trạng cá nhân của bạn.

Khi bạn đã sẵn sàng, bạn sẽ được chuyển đến phòng phẫu thuật. Bác sĩ Hirpara thực hiện ca phẫu thuật này bằng phương pháp nội soi. Điều này có nghĩa là chúng tôi sẽ thực hiện hai hoặc ba vết rạch nhỏ. Một camera nhỏ được đưa vào bên trong khớp để hướng dẫn thủ thuật. Sau khi phẫu thuật hoàn tất, bạn sẽ tỉnh dậy tại khu vực hồi sức của chúng tôi. Nhân viên của chúng tôi sẽ theo dõi bạn chặt chẽ khi thuốc gây mê hết tác dụng. Bạn sẽ ở lại đây cho đến khi tình trạng ổn định và sẵn sàng về nhà cùng với một người hỗ trợ.

Thủ thuật phẫu thuật bao gồm

Nội soi cổ tay sử dụng các vết rạch nhỏ kiểu cửa sổ để quan sát bên trong khớp cổ tay. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ tạo hai hoặc ba vết rạch nhỏ, mỗi vết dài khoảng 1 cm. Thông qua những lỗ mở nhỏ này, một camera nhỏ và các dụng cụ chuyên biệt được đưa vào không gian khớp. Điều này cho phép bác sĩ phẫu thuật của bạn nhìn thấy rõ ràng các xương và mô mềm trên màn hình.

Để có được tầm nhìn rõ ràng, cổ tay được kéo giãn nhẹ nhàng bằng cách kéo giãn (traction). Điều này làm căng khớp và tạo không gian cho camera di chuyển an toàn. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ kiểm tra bên trong khớp để tìm nguyên nhân gây đau của bạn, chẳng hạn như dây chằng bị rách hoặc sụn bị tổn thương. Nếu cần thiết, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể điều trị các vấn đề này trong cùng một thủ thuật. Ví dụ, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể sửa chữa các dây chằng bị rách, loại bỏ các mảnh xương hoặc sụn lỏng lẻo, hoặc làm mịn các bề mặt khớp gồ ghề.

Trong một số trường hợp, bác sĩ phẫu thuật của bạn có thể sử dụng kỹ thuật khô không có dịch, điều này hữu ích cho một số loại gãy xương. Các công cụ mới hơn và camera nhỏ hơn cho phép bác sĩ phẫu thuật của bạn điều trị các vấn đề phức tạp mà trước đây khó có thể sửa chữa. Sau khi hoàn thành công việc bên trong khớp, các vết rạch nhỏ được khâu lại bằng chỉ hoặc keo. Một băng gạc được đặt lên các vết rạch để bảo vệ chúng trong quá trình lành vết thương.

Sau phẫu thuật

Bạn sẽ tỉnh lại tại khoa hồi sức, nơi cơn đau của bạn được kiểm soát an toàn. Đây thường là một thủ thuật ngoại trú, vì vậy bạn có thể về nhà trong cùng ngày, mặc dù đôi khi bệnh nhân phải ở lại qua đêm. Cổ tay của bạn sẽ được bảo vệ bằng nạng hoặc nẹp, và các vết rạch sẽ được băng gạc che phủ. Chúng tôi thực hiện phẫu thuật này bằng phương pháp nội soi (phương pháp chìa khóa) với hai hoặc ba vết rạch nhỏ và một camera nhỏ bên trong khớp. Bạn phải có người ở lại bên cạnh trong 24 giờ đầu để giúp bạn nghỉ ngơi. Giữ tay của bạn ở tư thế nâng cao để giảm sưng. Bạn thường có thể lái xe trở lại trong vòng hai đến ba tuần đối với một ca nội soi cổ tay đơn giản, sau khi bạn có thể cầm vô lăng một cách thoải mái. **KHÔNG LÁI XE** khi đang mang nẹp: nếu một ca sửa chữa (chẳng hạn như sửa chữa TFCC) cần một chiếc nẹp hoặc bột bó, việc lái xe sẽ phải chờ cho đến khi tháo nẹp ra, thường là sau bốn đến sáu tuần. Xem [Lái xe sau phẫu thuật chi trên](#) để biết thêm chi tiết.

Phục hồi

Bạn sẽ nhận thấy sưng và cứng cổ tay sau phẫu thuật. Đây là điều bình thường. Bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ cung cấp nẹp hoặc bột bó để giữ cổ tay của bạn bất động trong quá trình lành vết thương. Giữ tay của bạn ở vị trí cao hơn tim càng nhiều càng tốt trong những ngày đầu. Điều này giúp giảm sưng và giảm khó chịu. Bạn có thể cần điều chỉnh cách ngủ để giữ cánh tay được hỗ trợ.

Chúng tôi hướng dẫn bạn thực hiện các bài tập nhẹ nhàng để khôi phục chuyển động. Vật lý trị liệu tay sau phẫu thuật của bạn được thực hiện bởi Ruby Doolan tại Extend Rehabilitation. Các buổi trị liệu này giúp bạn lấy lại sức mạnh và sự linh hoạt. Bạn sẽ bắt đầu với các chuyển động đơn giản và dần dần tăng cường hoạt động khi bác sĩ phẫu thuật cho phép. Tránh nâng vật nặng hoặc nắm chặt cho đến khi bác sĩ phẫu thuật nói rằng nó an toàn. Các công việc nhỏ quanh nhà thường ổn, nhưng hãy lắng nghe cơ thể của bạn.

Thời gian phục hồi của bạn có thể khác nhau; bác sĩ phẫu thuật và nhà vật lý trị liệu sẽ hướng dẫn bạn. Hầu hết mọi người nhận thấy rằng các hoạt động hàng ngày trở nên dễ dàng hơn khi sưng giảm và chuyển động trở lại. Bạn thường có thể quay lại lái xe trong vòng hai đến ba tuần sau một phẫu thuật nội soi cổ tay đơn giản, một khi bạn có thể cầm vô lăng một cách thoải mái. Không lái xe khi đang đeo nẹp: nếu một sửa chữa (như sửa chữa TFCC) cần nẹp hoặc bột bó, việc lái xe sẽ chờ cho đến khi nó được tháo ra, thường là bốn đến sáu tuần. Để biết thêm chi tiết về việc quay lại cầm lái, xem [Lái xe sau phẫu thuật chi trên](#).

Những biến chứng có thể xảy ra

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

Nội soi khớp cổ tay nhìn chung là an toàn. Tỷ lệ biến chứng thấp hơn so với các kỹ thuật phẫu thuật mở. Tuy nhiên, kiến thức chi tiết về giải phẫu cổ tay là yếu tố thiết yếu để giữ các nguy cơ này ở mức thấp nhất. Mặc dù hầu hết các vấn đề đều nhẹ và tạm thời, nhưng tỷ lệ một số biến chứng có thể cao hơn so với suy nghĩ trước đây.

Bạn có thể nhận thấy các dấu hiệu kích thích dây thần kinh trong hoặc sau khi phẫu thuật. Điều này thường liên quan đến dây thần kinh gian cốt sau (posterior interosseous nerve), chạy dọc phía sau cẳng tay của bạn. Bạn có thể cảm thấy đau nhói đột ngột, tê bì hoặc mất cảm giác ở bàn tay hoặc các ngón tay. Đôi khi, điều này cảm giác như yếu khi nắm chặt hoặc khó cử động cổ tay. Nếu bạn gặp phải tình trạng tê mỏi, yếu cơ hoặc đau nhói sau phẫu thuật, hãy thông báo ngay cho bác sĩ phẫu thuật của bạn. Chúng tôi có thể kiểm tra xem dây thần kinh có cần được chăm sóc thêm hay không hoặc liệu cảm giác có tự ổn định hay không.

Các biến chứng nhẹ là phổ biến và thường qua đi nhanh chóng. Bạn có thể nhận thấy một số sưng, bầm tím hoặc đau nhẹ tại các vị trí rạch nhỏ. Đây là những phản bình thường của quá trình lành vết thương. Tuy nhiên, nếu bạn thấy đỏ lan rộng từ vết thương, cảm thấy ấm xung quanh vết mổ hoặc nhận thấy bất kỳ dịch tiết nào, hãy liên hệ với phòng khám. Những điều này có thể là dấu hiệu của một nhiễm trùng nhẹ cần được chú ý.

Vì chúng tôi sử dụng các camera và dụng cụ nhỏ thông qua các vết rạch nhỏ, nên tổn thương mô của bạn được hạn chế. Điều này giúp giảm khả năng xảy ra các vấn đề nghiêm trọng. Tuy nhiên, bạn vẫn nên lưu ý các tín hiệu của cơ thể. Nếu cơn đau trở nên nghiêm trọng và không cải thiện với các loại thuốc giảm đau đơn giản, hoặc nếu bạn phát hiện tình trạng sưng đột ngột và đáng kể, đừng đợi đến cuộc hẹn tiếp theo. Hãy gọi cho chúng tôi hoặc đến khoa cấp cứu nếu các triệu chứng có vẻ khẩn cấp.

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

Khi nào nên gọi cho chúng tôi

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

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@cupperlimb.com.au · cupperlimb.com.au

Nội soi khớp cổ tay

Tỷ lệ biến chứng từ các tài liệu công bố

Được tổng hợp từ 47 nghiên cứu đã được công bố. Đây là các tỷ lệ ở cấp độ dân số, không phải là nguy cơ cá nhân của bạn — bác sĩ phẫu thuật của bạn sẽ thảo luận về những gì áp dụng cho bạn.

BIẾN CHỨNG	TỶ LỆ ĐƯỢC BẢO CÁO	GHI CHÚ
đứt dây ghép	7%	Đặc thù của phẫu thuật tái tạo TFCC bằng nội soi; tái phát tình trạng mất ổn định nh hoặc hỏng dây ghép.
cứng khớp	5.07%	Cứng khớp cổ tay và ngón tay tạm thời là phổ biến; cứng khớp vĩnh viễn là hiếm nhưng đã được báo cáo.
tổn thương gân	3.19%	Bao gồm viêm gân ECU, đứt gân và rách gân; nguy cơ tăng lên khi sử dụng đốt nhiệt hoặc đặt cổng nội soi không đúng vị trí.
u nang	1.24%	Sự hình thành các u nang mới tại vị trí đặt cổng nội soi, đặc biệt là cổng 3-4.
tổn thương thần kinh	1.17%	Thường được báo cáo nhất là tổn thương nhánh cảm giác lưng của thần kinh trụ hoặc chấn thương thần kinh gian cốt sau; tỷ lệ thay đổi tùy theo nghiên cứu.
nhiễm trùng	0.6%	Nhiễm trùng tại vị trí đặt cổng nội soi nông là không phổ biến; nhiễm trùng sâu là hiếm.
tổn thương sụn	0.5%	Chấn thương iatrogenic (do y khoa gây ra) lên sụn khớp, thường do sử dụng dụng cụ không đúng cách hoặc đốt nhiệt.
hội chứng chèn ép khoang	Rare	Dị ch thoát mạch gây ra hội chứng chèn ép khoang; cần thiết phải rạch cân khẩn cấp.
tụ máu	Rare	Biến chứng ít phổ biến hơn, thường liên quan đến dị ch thoát mạch hoặc chảy máu.

Tôi đã đọc thông tin này và có cơ hội đặt câu hỏi cho bác sĩ Hirpara về thủ thuật, quá trình hồi phục dự kiến và các biến chứng được liệt kê ở trên.

_____	_____	_____
BỆNH NHÂN – IN TÊN	CHỮ KÝ	NGÀY