

## Sa cơ quan vùng chậu

### Thông tin dành cho phụ nữ

1. Sa cơ quan vùng chậu là gì ?
2. Nguyên nhân gây nên sa cơ quan vùng chậu ?
3. Cơ quan nào có thể bị sa ?
4. Sa cơ quan vùng chậu có thể gây khó chịu ra sao ?
5. Sa cơ quan vùng chậu được điều trị như thế nào ?
6. Lựa chọn phẫu thuật nào là phù hợp cho tôi ?
7. Có nhất thiết phải sử dụng mảnh ghép trong phẫu thuật điều trị không ?
8. Điều trị bằng phương pháp phẫu thuật có khả năng thành công như thế nào ?

#### Sa cơ quan vùng chậu là gì ?

Sa cơ quan vùng chậu là bệnh lý khi mà cơ quan trong vùng chậu căng phồng vào trong âm đạo hoặc sa hoàn toàn ra bên ngoài âm đạo. Những cơ quan có thể sa bao gồm tử cung, âm đạo, ruột và bàng quang. Sa cơ quan vùng chậu xuất hiện khi hệ thống các cơ, dây chằng và cân cơ (còn gọi là hệ thống nâng đỡ - có nhiệm vụ giữ cho các cơ quan này ở đúng vị trí) bị suy yếu.

Các triệu chứng của bệnh bao gồm:

- Cảm giác trần nặng trong âm đạo hoặc ở vùng bụng dưới
- Cảm giác có khối lồi ra trong âm đạo hoặc sa hẳn ra ngoài âm đạo.
- Các triệu chứng đường tiết niệu như là: tiểu chậm, cảm giác tiểu không hết nước tiểu, tiểu nhiều lần, tiểu gấp hoặc tiểu không kiểm soát.
- Các triệu chứng đường tiêu hóa như khó đi cầu, cảm giác đi cầu không hết phân, hoặc cần phải ấn khối sa vào trong âm đạo mới đi cầu được.
- Cảm giác khó chịu khi giao hợp.

#### Nguyên nhân nào gây nên sa cơ quan vùng chậu ?

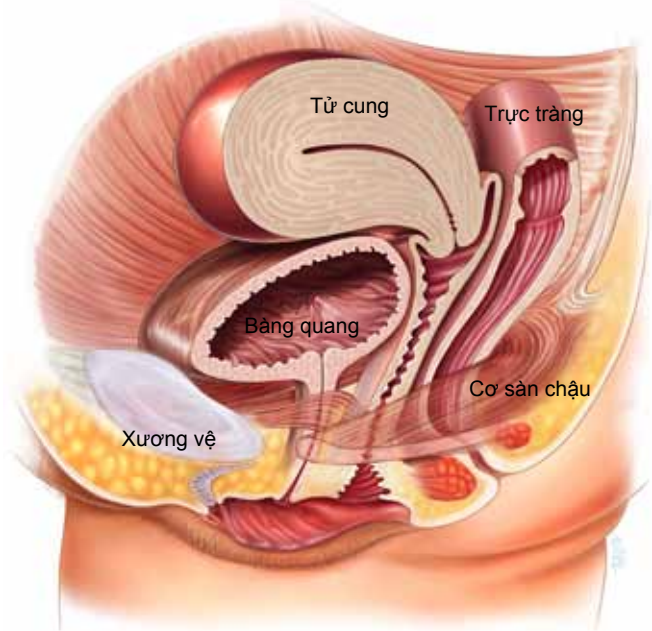
Nguyên nhân chính là do tổn thương hệ thống thần kinh, dây chằng và cơ nâng đỡ các cơ quan trong vùng chậu, như là:

- Mang thai và sinh đẻ được xem là nguyên nhân chính dẫn đến việc suy yếu của âm đạo và hệ thống nâng đỡ của âm đạo. Sa sinh dục xảy ra ở 1/3 phụ nữ có một hoặc nhiều con. Hiện tượng sa này có thể chỉ xuất hiện một thời gian ngắn sau sinh hoặc là kéo dài và diễn tiến ngày càng nặng hơn sau đó. Tuy nhiên, điều quan trọng cần phải nhấn mạnh đó là chỉ có 1 trong 9 phụ nữ (khoảng 11%) cần phải phẫu thuật trong cuộc đời họ.
- Sự lão hóa và mãn kinh cũng có thể làm suy yếu thêm cấu trúc nâng đỡ của sản chậu.
- Một số bệnh lý có thể gây nên sự tăng áp lực quá mức lên vùng sản chậu như béo phì, ho mạn tính, táo bón mạn tính, những công việc đòi hỏi phải khuân vác vật nặng nhiều.
- Một số phụ nữ có các nguy cơ cao bị sa cơ quan vùng chậu được di truyền từ cha mẹ, như là các bệnh lý có ảnh hưởng lên hệ thống mô liên kết ví dụ như hội chứng Marfan hay hội chứng Ehlers Danlos.

#### Hiện tượng sa có thể xuất hiện ở vị trí nào?

Hiện tượng sa có thể xuất hiện ở thành trước âm đạo (ngăn trước) hoặc thành sau âm đạo (ngăn sau), hoặc sa ở tử cung và âm đạo. Nhiều phụ nữ có sa ở nhiều vị trí (nhiều cơ quan) cùng một lúc.

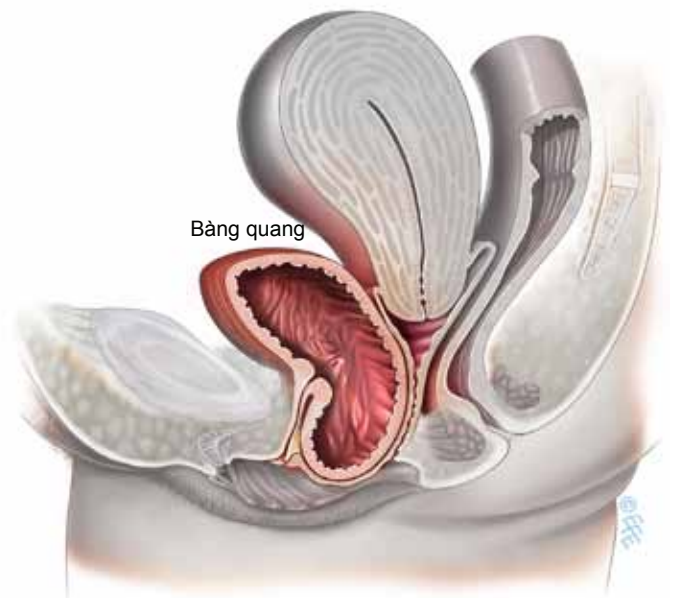
#### Giải phẫu bình thường, không có sa cơ quan vùng chậu



#### Sa thành trước âm đạo

Đây là dạng sa thường gặp nhất, do bàng quang hoặc niệu quản sa thành khối lồi ra trong âm đạo. Dạng sa này được bác sĩ gọi theo từ chuyên ngành là sa bàng quang (cystocele) hoặc sa bàng quang - niệu quản (cysto-urethrocele).

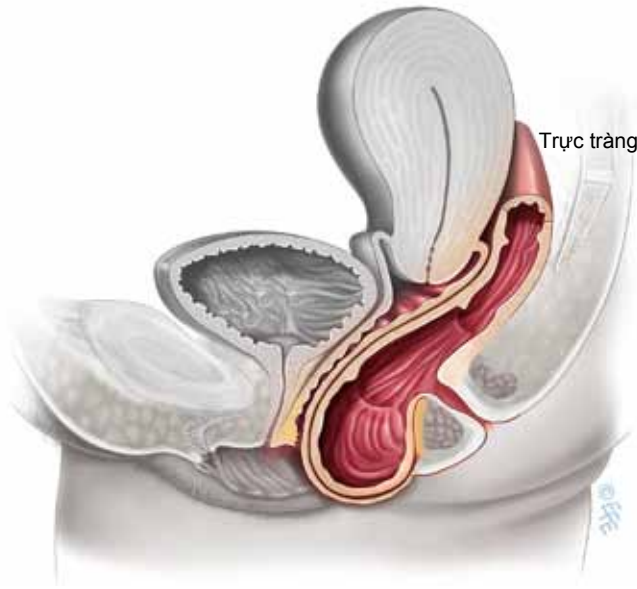
#### Sa thành trước âm đạo



### Sa thành sau âm đạo

Sa thành sau âm đạo xảy ra khi mà đoạn dưới của đại tràng (trực tràng) bị sa thành khối phồng vào trong âm đạo (theo từ chuyên ngành y khoa gọi là sa trực tràng) kèm theo/hoặc một phần của ruột non sa thành khối phồng ở phần trên thành sau của âm đạo.

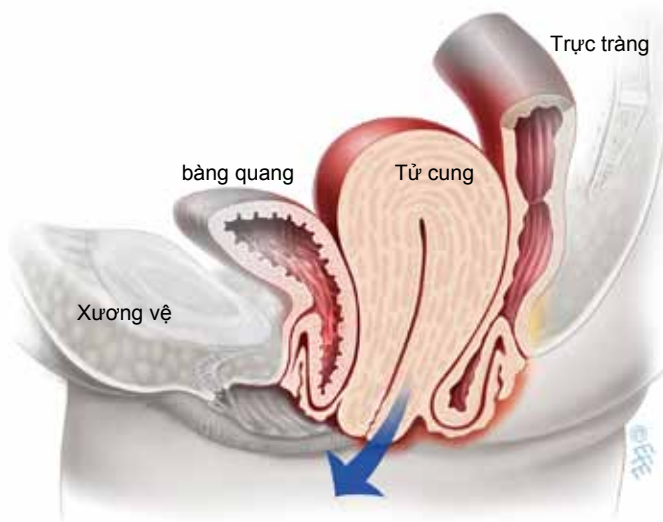
### **Sa thành sau âm đạo**



### Sa tử cung

Sa tử cung xuất hiện khi mà tử cung (dạ con) bị sa xuống hoặc là lộ hẳn ra ngoài âm đạo. Đây là dạng sa thường gặp nhất.

### **Sa tử cung**



### **Sa cơ quan vùng chậu có thể gây khó chịu ra sao?**

**Sa mỏm cắt âm đạo** – xuất hiện sau khi đã bệnh nhân đã được cắt tử cung, vùng đỉnh mỏm cắt âm đạo bị sa xuống (gần giống như phần ngón chân của chiếc vớ lộ ra ngoài) hoặc lộ hẳn ra ngoài âm đạo.

Có tới 40% có sa cơ quan vùng chậu ở mức độ nhẹ hoặc là không có triệu chứng. Bác sĩ điều trị sẽ tiến hành hỏi bệnh sử và thăm khám âm đạo

để xác định mức độ sa cơ quan vùng chậu của bạn.

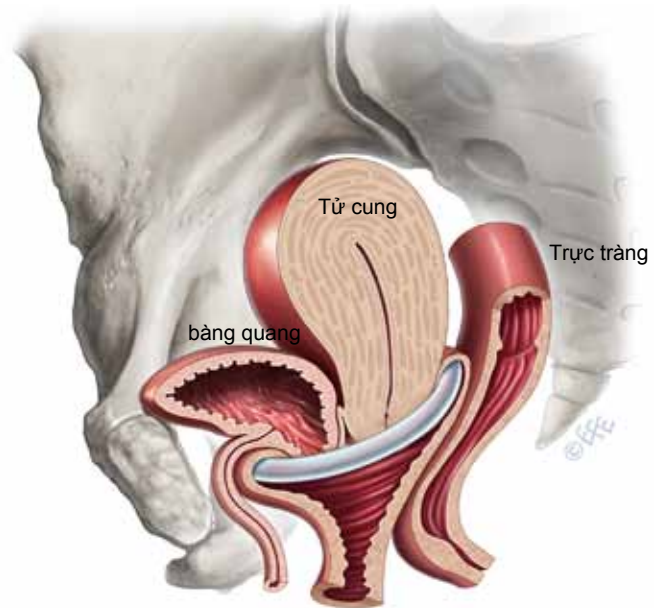
Các bác sĩ sử dụng nhiều hệ thống phân độ nặng của sa tạng chậu khác nhau, tuy nhiên bác sĩ điều trị của bạn sẽ trực tiếp giải thích rõ cho bạn về vấn đề này.

### **Sa cơ quan vùng chậu được điều trị như thế nào?**

Lựa chọn điều trị sa cơ quan vùng chậu có thể được chia thành 2 nhóm: điều trị phẫu thuật và điều trị không cần phẫu thuật.

#### Các lựa chọn điều trị không cần phẫu thuật

- Không làm gì cả: Bệnh lý sa cơ quan vùng chậu là một bệnh lý hiếm khi gây nguy hiểm đến tính mạng, vì vậy nhiều phụ nữ lựa chọn không điều trị khi mà họ không có triệu chứng hoặc không cảm thấy khó chịu. Khi bạn đã được chẩn đoán là có sa cơ quan vùng chậu, nên tránh nâng các vật nặng, tránh các bệnh lý mạn tính làm tăng áp lực vùng bụng nhiều như táo bón hoặc quá cân vì chúng sẽ làm bạn bị sa nặng hơn.
- Vòng nâng âm đạo (Pessary): Pessary là một loại dụng cụ âm đạo có thể có nhiều hình dạng và kích thước khác nhau. Vòng nâng Pessary sẽ giúp nâng đỡ cơ học cho cơ quan bị sa, vì vậy nó có thể giúp làm giảm triệu chứng. Vòng nâng Pessary hầu như đều thích hợp cho các trường hợp bệnh nhân muốn trì hoãn hoặc không muốn phẫu thuật vì nhiều lý do như gia đình chưa có điều kiện hoặc là bạn gặp các vấn đề về bệnh lý không thể phẫu thuật được.



#### **Vòng nâng âm đạo**

Vòng nâng pessary cần được bác sĩ của bạn chọn kích cỡ và giúp bạn đặt thử vào âm đạo vài lần xem loại vòng và kích cỡ của vòng này có phù hợp với bạn hay không. Một số loại vòng nâng cho phép bạn có thể giao hợp ngay khi bạn đang đặt vòng nâng trong âm đạo.

- Tập sàn chậu (bài tập Kegel): Việc tập luyện những cơ bị yếu của sàn chậu có thể giúp cải thiện và ngăn ngừa bệnh lý sa cơ quan vùng chậu diễn tiến nặng thêm ở những trường hợp sa cơ quan vùng chậu mức độ nhẹ. Cũng như bất kỳ chương trình tập luyện nào khác, việc tập luyện sàn chậu đòi hỏi bạn phải có thời gian, có động lực tập luyện và phải tập luyện đúng cách. Muốn biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng xem thêm từ Các bài tập sàn chậu.

#### Các lựa chọn điều trị cần phẫu thuật

Những phụ nữ có triệu chứng của sa cơ quan vùng chậu, bạn có thể được điều trị bằng phẫu thuật phục hồi vùng sàn chậu. Bác sĩ phẫu thuật sẽ đưa ra lời khuyên về lựa chọn phẫu thuật nào là tốt nhất cho bạn dựa trên

nhiều yếu tố như: tuổi tác, những phẫu thuật đã được làm trước đó, mức độ nặng của sa cơ quan vùng chậu mà bạn mắc phải, và tình trạng sức khỏe của bạn. Có 2 loại phẫu thuật: Phẫu thuật tái tạo cấu trúc của âm đạo và phẫu thuật đóng kín âm đạo.

#### **Phẫu thuật cố định mỏm cắt âm đạo vào mỏm nhô**

##### **Phẫu thuật tái cấu trúc**

Mục đích của phẫu thuật tái cấu trúc vùng chậu là khôi phục các cơ quan trong vùng chậu về vị trí bình thường của nó mà không gây ảnh hưởng đến khả năng giao hợp. Có nhiều cách để thực

##### **hiện phẫu thuật này bao gồm:**

- Phẫu thuật ngã âm đạo
- Phẫu thuật ngã bụng (qua đường rạch da trên bụng)
- Phẫu thuật nội soi
- Phẫu thuật nội soi có hỗ trợ bằng robot

##### **Phẫu thuật đóng kín âm đạo**

Bác sĩ điều trị có thể khuyên bạn nên thực hiện phẫu thuật này nếu như bạn bị sa cơ quan vùng chậu mức độ nặng, không còn nhu cầu giao hợp và cũng không có ý định giao hợp tổng tương lai hoặc khi mà bạn có chống chỉ định để có thể thực hiện các phẫu thuật tái cấu trúc vùng chậu. Trong loại phẫu thuật này, phẫu thuật viên sẽ khâu dính 2 thành âm đạo vào nhau để phòng ngừa sa tái phát. Lợi điểm chính của phẫu thuật này là thời gian phẫu thuật ngắn và thời gian hồi phục nhanh chóng. Tỷ lệ thành công của phẫu thuật này là 90-95%.

#### **Biện pháp phẫu thuật nào thích hợp cho tôi ?**

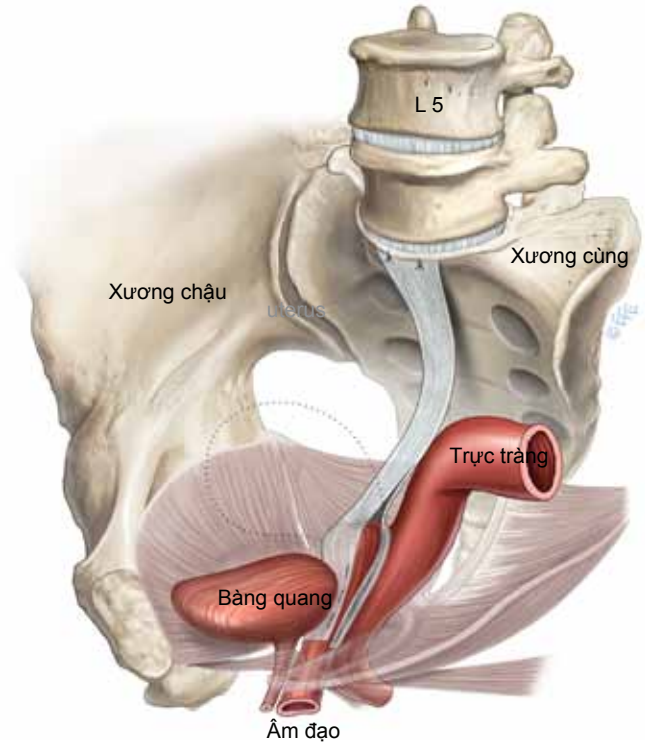
Không có loại phẫu thuật nào là tốt nhất cho tất cả các bệnh nhân. Lựa chọn phương pháp phẫu thuật cho bạn sẽ tùy thuộc vào nhiều yếu tố bao gồm tiền căn bệnh lý của bạn, trình độ và kinh nghiệm của phẫu thuật viên và ý muốn của bạn. Phẫu thuật viên sẽ thảo luận và đưa ra cho bạn các lựa chọn phẫu thuật khác nhau và lời khuyên cho phương pháp phẫu thuật tốt nhất dành cho bạn tùy theo tình trạng bệnh lý và nhu cầu của bạn. Việc điều trị cần được cá thể hóa vì thậm chí là 2 bệnh nhân với tình trạng sa giống nhau nhưng có nhu cầu khác nhau, có thể sẽ có biện pháp phẫu thuật khác nhau.

##### **Phẫu thuật ngã âm đạo**

Trong phẫu thuật này, bác sĩ phẫu thuật rạch 1 đường trong âm đạo, tách rời cơ quan bị sa ra khỏi thành âm đạo, sau đó sẽ khâu bằng các mũi khâu hoặc sử dụng mảnh ghép để phục hồi lại âm đạo và làm thành âm đạo vững chắc hơn. Có thể sẽ có những mũi khâu cố định vĩnh viễn dính vùng đỉnh của âm đạo hoặc cổ tử cung vào các dây chằng chắc khỏe của vùng chậu để giúp nâng đỡ cho tử cung và mỏm cắt âm đạo. (ví dụ như phẫu thuật cố định vào dây chằng tử cung cùng)

##### **Phẫu thuật ngã bụng**

Trong phẫu thuật ngã bụng, bác sĩ phẫu thuật sẽ rạch da trên bụng và sử dụng các mũi khâu hoặc mảnh ghép để nâng đỡ cho âm đạo, mỏm cắt âm đạo hoặc tử cung. Ví dụ như trong phẫu thuật treo mỏm cắt âm đạo vào mỏm nhô, bác sĩ phẫu thuật sẽ sử dụng 1 mảnh ghép nhân tạo để cố định mỏm cắt âm đạo vào mỏm nhô của xương cùng. Có nhiều loại phẫu thuật ngã bụng khác nhau, bác sĩ sẽ giải thích chi tiết cho bạn trước khi phẫu thuật.



##### **Phẫu thuật nội soi và phẫu thuật nội soi có hỗ trợ bằng robot**

Đây là phương pháp phẫu thuật tương tự với phẫu thuật ngã bụng tuy nhiên có thời gian hồi phục nhanh hơn và có sẹo mổ nhỏ hơn. Hiện tại, phẫu thuật nội soi có hỗ trợ bằng robot chỉ mới được tiến hành ở một số trung tâm trên thế giới.

##### **Có cần thiết phải sử dụng các loại mảnh ghép trong phẫu thuật không?**

Không phải tất cả các phẫu thuật đều cần dùng mảnh ghép. Thông thường, các mảnh ghép được dùng ở những phẫu thuật lần 2 và ở những phẫu thuật lần đầu trên bệnh nhân có nhiều yếu tố nguy cơ có thể sa tái phát sau phẫu thuật. Mảnh ghép có thể có nguồn gốc động vật (mảnh ghép sinh học) có thể được hấp thu và biến mất theo thời gian hoặc cũng có thể được làm từ chất liệu tổng hợp, tồn tại vĩnh viễn trong cơ thể bạn. Có một số loại mảnh ghép là mảnh ghép thiên nhiên bán tổng hợp (kết hợp 2 loại chất liệu trên). Bạn nên tham khảo ý kiến bác sĩ về vấn đề này trước phẫu thuật để biết thêm thông tin.

##### **Mức độ thành công của phẫu thuật này như thế nào ?**

Khoảng 75% các trường hợp phẫu thuật ngã âm đạo và 90-95% các trường hợp phẫu thuật ngã bụng có cải thiện các triệu chứng của sa cơ quan vùng chậu trong thời gian dài. Tình trạng sa tái phát có thể do các yếu tố gây ra sa cơ quan vùng chậu ban đầu vẫn còn tiếp diễn như táo bón hoặc chất lượng mô yếu.

##### **Tôi có nên phẫu thuật khi chưa lập gia đình hoặc chưa có đủ con ?**

Thông thường bác sĩ sẽ chỉ khuyên bạn phẫu thuật khi mà bạn đã có đủ con. Trong thời gian chờ đợi cho tới khi phẫu thuật, bạn sẽ được điều trị bằng các bài tập sàn chậu hoặc sử dụng vòng nâng âm đạo.