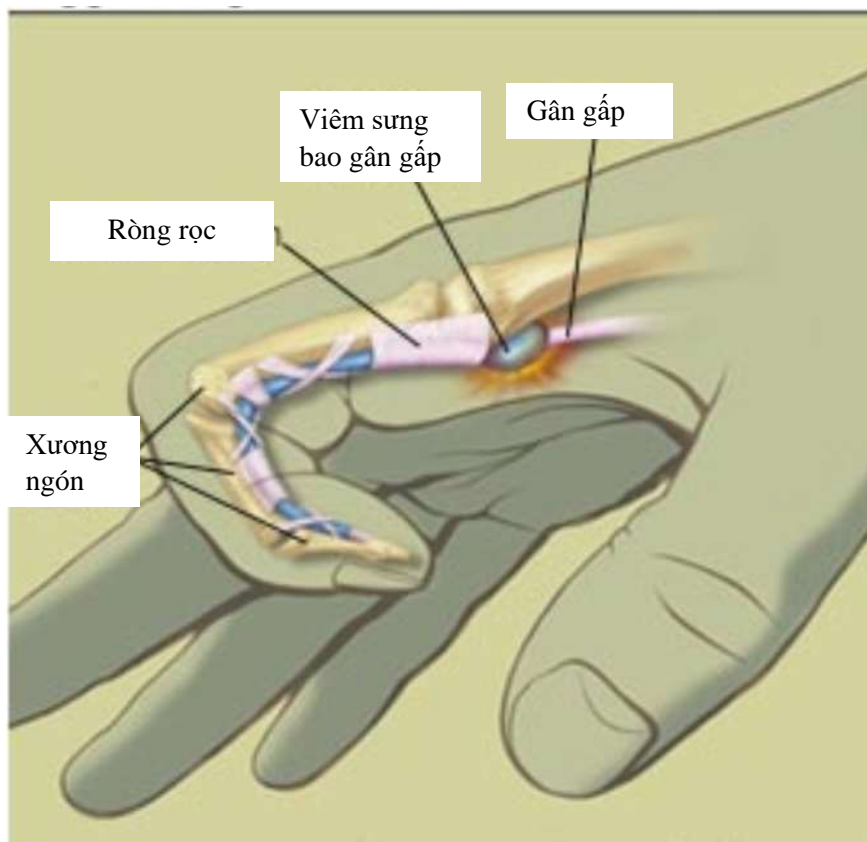


## VIÊM HẸP BAO GÂN GẤP NGÓN TAY (NGÓN TAY CÒ SÚNG)

### 1. Định nghĩa

Ngón tay cò súng là tình trạng viêm bao gân của gân gấp các ngón tay gây chít hẹp làm trở ngại vận động trượt của gân. Tình trạng này gây đau và kẹt gân khi gấp duỗi ngón. Nó có thể ảnh hưởng đến bất kỳ ngón tay nào, hoặc nhiều hơn một ngón tay.



### 2. Nguyên nhân

Hầu hết các trường hợp bệnh xuất phát từ một vận động lặp đi lặp lại hoặc vận động mạnh ngón tay. Bệnh cũng có thể xảy ra khi dây chằng - các mô bao quanh gân (ròng rọc) bị viêm.

Một gân thường dễ dàng trượt qua các ròng rọc bao phủ nó nhờ vào màng bao gân. Đôi khi màng bao gân bị viêm và sưng lên. Kích thích kéo dài của bao gân có thể dẫn đến sẹo và dày ảnh hưởng đến chuyển động của gân. Khi điều này xảy ra, gân gấp ngón tay bị ảnh hưởng sẽ trượt qua vùng ròng rọc bị hẹp làm kẹt hay bật

### **Các yếu tố nguy cơ**

- Độ tuổi: thường xuất hiện trong độ tuổi từ 40 đến 60.
- Giới tính: phổ biến ở phụ nữ hơn nam giới.
- Tình trạng sức khỏe: Bệnh tiểu đường, bệnh gút và viêm khớp dạng thấp.
- Công việc: nông dân, công nhân, nhạc sĩ và bất kỳ ai hay có vận động gấp duỗi nhiều ngón tay.

## **3. Chẩn đoán**

### **3.1. Chẩn đoán xác định**

\* Dựa vào triệu chứng lâm sàng tại chỗ

- ✓ Ngón tay có thể bị sưng, co cứng và đau.
- ✓ Có thể sờ thấy một cục cứng vùng khớp bàn ngón mặt lòng bàn tay. Cục viêm này di động khi gấp duỗi ngón tay. Hoặc có thể bị kẹt gân ở vị trí gấp ngón tay
- ✓ Triệu chứng thường nặng hơn vào buổi sáng, khi nắm giữ một vật gì đó lâu hay khi cố gắng duỗi thẳng các ngón tay

\* Không cần thiết phải làm xét nghiệm máu đặc biệt cũng như không cần chụp X quang để chẩn đoán ngón tay cò súng.

### **3.2. Chẩn đoán phân biệt**

Viêm khớp dạng thấp, viêm khớp gout...

## **4. Điều trị**

### **4.1. Điều trị nội khoa**

Phụ thuộc vào mức độ nghiêm trọng của các triệu chứng. Hầu hết các trường hợp sẽ bắt đầu với:

- ✓ Nghỉ ngơi: Cố gắng không di chuyển ngón tay. Dành thời gian ngưng các hoạt động gây ra triệu chứng. Hạn chế vận động gân bị tổn thương.
- ✓ Chườm lạnh nếu có sưng nóng đỏ
- ✓ Nẹp bất động: được thiết kế riêng để giữ ngón tay nghỉ ngơi.
- ✓ Thuốc kháng viêm không steroid (NSAID): Bác sĩ có thể đề nghị các loại thuốc chống viêm bôi tại chỗ hoặc đường toàn thân, như Diclofenac, Meloxicam, Celecoxib, Naproxen,...

Tiêm corticoid tại chỗ

Chỉ tiêm với điều kiện có bác sĩ chuyên khoa và phải có phòng tiêm vô trùng. Khi tiến hành tiêm corticoid tại chỗ phải đảm bảo vô trùng tuyệt đối

#### ***4.2. Điều trị ngoại khoa***

Phẫu thuật giải phóng chèn ép, cắt mở rò rỉ và mô viêm xơ khi điều trị nội khoa thất bại.

### **5. Phục hồi**

Thời gian cần thiết để đạt kết quả điều trị phụ thuộc vào tình trạng của bệnh. Việc lựa chọn điều trị cũng ảnh hưởng đến phục hồi. Có thể cần phải đeo nẹp trong 6 tuần. Nhưng hầu hết bệnh nhân với ngón tay cò súng phục hồi trong vòng một vài tuần bằng cách nghỉ ngơi ngón tay và sử dụng thuốc chống viêm.

Việc hồi phục hoàn toàn có thể mất vài tuần, nhưng sưng và cứng có thể kéo dài trong vài tháng. Nếu tình trạng kẹt gân lâu và nặng trước khi phẫu thuật, sau mổ một chương trình vật lý trị liệu tích cực là rất cần thiết để lấy lại chức năng.