

Bs Trần Thị Toàn -

1. Tổng quan bệnh viêm quanh khớp vai.

Viêm quanh khớp vai là tình trạng các cấu trúc khớp đau và hạn chế vận động khớp vai do tổn thương phần mềm quanh khớp bao gồm: Gân, cơ, dây chằng, bao khớp lỏng lẻo từ tổn thương phần đầu xương, sụn khớp và màng hoạt dịch. Viêm quanh khớp vai thường đồng nghĩa là phải bị bệnh.

Thường đồng nghĩa khớp vai là sưng dày lên và cứng của bao khớp vai, là tình trạng đau và hạn chế vận động khớp vai. Mức độ đau từ nhẹ đến nặng.

Viết Nam viêm quanh khớp vai chiếm 2% dân số và chiếm 12,5% trong tổng số các bệnh nhân bệnh khớp.



2. Nguyên nhân bệnh viêm quanh khớp vai.

- Thoái hóa gân, viêm gân chóp xoay có thể hoặc không có lắng đọng calci, có thể rách, đứt gân chóp xoay không hoàn toàn hoặc hoàn toàn.
- Viêm bao hoạt dịch dẫn tới mô sẹo cùng vai.
- Viêm bao hoạt dịch và viêm gân dài của cánh tay.

Viêm quanh khớp vai

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 09 Tháng 11 2023 16:23 - Lần cập nhật cuối Thứ năm, 09 Tháng 11 2023 16:31

3. Triệu chứng bệnh viêm quanh khớp vai.

Triệu chứng viêm quanh khớp vai gồm đau nhức u vùng khớp vai và hạn chế vận động hoặc không thể vận động vai, dù là thể vận động hoặc có sự giúp đỡ của người khác. Bệnh diễn tiến theo ba giai đoạn:

Giai đoạn 1: Đóng băng

Trong giai đoạn “đóng băng” bệnh nhân sẽ cảm thấy đau càng ngày càng tăng. Vai bắt đầu nhức và đau khi chạm. Bệnh sẽ đau nhức vài buổi tối và khi nằm nghiêng bên vai bệnh. Sau đó bệnh sẽ đau tăng và hạn chế vận động khớp vai. Giai đoạn này thường kéo dài từ 06 tuần đến 09 tháng.

Giai đoạn 2: Đông cứng

Các triệu chứng đau có thể thuyên giảm trong giai đoạn này, nhưng tình trạng cứng vai vẫn còn. Các cơ vai có thể bắt đầu teo nhỏ vì không được vận động. Bệnh nhân có thể khó khăn trong hoạt động hàng ngày. Giai đoạn này kéo dài từ 04 đến 06 tháng.

Giai đoạn 3: Tan băng

Chuyển động vai dần cải thiện trong giai đoạn “tan băng”. Vai có thể hoàn toàn trở lại bình thường hoặc yếu lại sẽ cảm nhận và chuyển động gần như bình thường sau 06 tháng đến 02 năm.

4. Đối tượng nguy cơ bệnh viêm quanh khớp vai.

- Tuổi: Bệnh hay gặp ở người 40 - 60 tuổi.
- Giới: Thường gặp ở nam nhiều hơn nữ.
- Nghề nghiệp: Người lao động chân tay.

Viêm quanh khớp vai

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 09 Tháng 11 2023 16:23 - Lần cập nhật cuối: Thứ năm, 09 Tháng 11 2023 16:31

- Tiền sử chấn thương vùng khớp vai.
- Tiền sử gãy xương cánh tay, xương đòn, xương bả vai.
- Ngồi im một thời gian lâu dẫn đến mất vận động khớp, thoái hóa khớp.

5. Điều trị bằng Y học cổ truyền.

Viêm quanh khớp vai theo YHCT thuộc phạm trù chứng tỳ, bệnh danh là kiên thủ ng. Với phương pháp điều trị bằng thuốc YHCT và châm cứu, xoa bóp bấm huyệt đã đem lại hiệu quả trong việc điều trị viêm quanh khớp vai. Hiện chỉ định của chứng tác động pho không mong muốn khi bệnh nhân dùng thuốc giảm đau, kháng viêm kéo dài.

Điều trị bằng thuốc YHCT:

Đi pháp lập phương

Khương hoạt	16g	Bạch truật	16g
Phòng phong	08g	Đương quy	12g
Độc hoạt	12g	Thổ phục linh	12g
Tân giao	06g	Cam thảo	06g
Quế chi	10g	Đại táo	20g
Bạch chỉ	10g		
Xuyên khung	12g		
Trần bì	10g		
Đan sâm	12g		
Hoàng kỳ	16g	Sắc uống ngày 01 thang chia 02 lần.	

Điều trị không dùng thuốc:

- Điều trị châm: Châm các huyệt: Kiên thủ nh, kiên ngưng, cẩu cẩu t, nhu du, kiên trinh, tý nhu, a thủ, khúc trì, hợp cẩu c.
- Xoa bóp bấm huyệt: Xoa bóp nhẹ nhàng vùng khớp vai bệnh. Bấm các huyệt: Kiên thủ nh, kiên ngưng, cẩu cẩu t, nhu du, kiên trinh, tý nhu, a thủ, khúc trì, hợp cẩu c. Tập vận động khớp vai.
- Chỉ dùng đèn hồng ngoại: Vùng khớp vai bệnh.

6. Phòng bệnh viêm quanh khớp vai.

- Hiện chỉ công việc nặng, vận động quá mức.

Viêm quanh khớp vai

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 09 Tháng 11 2023 16:23 - Lần cập nhật cuối Thứ năm, 09 Tháng 11 2023 16:31

- Hoạt động thể dục thể thao để nâng cao sức khỏe.
- Ăn uống đầy đủ chất dinh dưỡng