

SỞ Y TẾ KHÁNH HOÀ
BỆNH VIỆN ĐA KHOA KHU VỰC NINH HOÀ

XỬ LÝ BAN ĐẦU CHẤN THƯƠNG PHẦN MỀM
(Kèm theo Quyết định số 192 /QĐ-BVNH ngày 11 tháng 7 năm 2024)

Chấn thương phần mềm là tình trạng tổn thương liên quan đến dây chằng, da, cơ, gân trên khắp cơ thể, gây cản trở rất lớn đến khả năng vận động và sinh hoạt hàng ngày. Đây hoàn toàn không phải hay những tác động lên cơ quan nội tạng (não, tim, dạ dày, ruột...) hay gãy xương thường gặp.

Chấn thương phần mềm có thể gây ra những tổn thương các thành phần sau đây:

- Tổn thương cơ
- Tổn thương dây chằng (phân tạo kết nối xương với xương)
- Tổn thương gân (phân tạo kết nối giữa cơ và xương)
- Tổn thương các thành phần khác như da, mỡ, bao khớp, và các tổ chức liên kết khác.

Khi phần mềm bị tổn thương, các mạch máu nuôi tổ chức cũng bị tổn thương, gây chảy máu, dẫn đến tình trạng đau, phù nề, làm giảm hoặc mất chức năng vận động của chi. Máu chảy tại vị trí tổn thương càng nhiều, tổ chức càng sưng nề, đau càng tăng. Do đó, trong xử lý chấn thương phần mềm cấp tính, mục đích quan trọng là làm giảm chảy máu tại vị trí tổn thương. Nếu chấn thương được xử lý ban đầu đúng cách, triệu chứng sẽ giảm tức thì, tổn thương nhanh chóng hồi phục. Trong thời gian 48-72 giờ đầu, phải thực hiện được 4 bước nên làm và 4 điều nên tránh:

I. BỐN BƯỚC NÊN LÀM

1. Nghỉ ngơi: hạn chế vận động, hạn chế di chuyển càng nhiều càng tốt để giảm chảy máu, giảm phù nề, đối với chân bị tổn thương phần mềm (bong gân, tổn thương dây chằng) thì nên dùng nạng, xe lăn khi di chuyển

2. Bất động chi:

- Băng ép:** thông thường dùng băng thun quấn cố định vùng bị tổn thương phần mềm
- Nẹp bất động:** có thể dùng nẹp vải, nẹp thun, nẹp hơi, nẹp bột... tùy vào phương tiện ở cơ sở y tế và tùy vào mức độ nặng hay nhẹ của phần mềm

3. Chườm lạnh: dùng khăn lạnh, túi chườm lạnh áp vào vùng tổn thương, chườm lạnh giúp giảm đau, giảm co thắt, giảm sưng nề và giảm chảy máu. Chườm lạnh mỗi lần 20-30 phút, một ngày khoảng 4-6 lần. Đá nên bọc trong khăn hoặc sử dụng túi chườm lạnh y khoa và chườm trực tiếp lên vùng bị tổn thương.

4. Kê cao vùng tổn thương phần mềm:

Kê cao chi (cao hơn mức trái tim) nhằm tạo thuận lợi cho máu trở về tim dễ dàng, giúp giảm phù nề vùng thấp.

Nếu là chân thì kê chân cao theo tư thế nằm.

Nếu là tay thì để tay cao hơn khuỷu, cao hơn tim để tránh phù nề, treo tay bằng đai vải treo tay.

II. BỐN ĐIỀU CẦN TRÁNH

1. Không xoa bóp: Xoa bóp sẽ làm tăng chảy máu, tăng phù nề và làm tổn thương nặng lên. Tránh xoa bóp ít nhất trong 72 giờ đầu sau chấn thương.

2. Không chườm nóng: Chườm nóng sẽ làm tăng chảy máu. Tránh bất kỳ một tác động nhiệt nóng nào vào vùng tổn thương như chườm khăn nóng, rửa vòi nước ấm...trong 48 tiếng đầu tiên. ***Chỉ chườm nóng (chườm ấm) sau 48 giờ***

3. Không đắp rượu thuốc, lá cây, cồn, châm cứu, dầu nóng...vào vùng tổn thương

4. Không chạy hay tập luyện: trong vòng 72 giờ đầu sẽ làm tổn thương tiến triển nặng hơn.

Sau khi được sơ cứu chấn thương phần mềm ban đầu, người bệnh nên đến bệnh viện khám càng sớm càng tốt để được bác sĩ chẩn đoán, nhận định mức độ tổn thương phần mềm. Một số chấn thương phần mềm quá nặng và ở vùng nguy hiểm như vùng khoeo chân, đầu gối có thể có tổn thương mạch máu, thần kinh quan trọng làm thiếu máu chi.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

“Cách xử lý ban đầu khi bị chấn thương phần mềm” BSCKII Nguyễn Hoà Khánh – Bệnh viện Chấn thương chỉnh hình TP Hồ Chí Minh.