

## **Các thương tật thứ phát thường gặp và biện pháp phòng ngừa**

Những thương tật xảy ra do hậu quả trực tiếp của bệnh, chấn thương hay rối loạn bẩm sinh gọi là bệnh hay thương tật đầu tiên. Những tổn thương xảy ra do bất động gọi là thương tật thứ phát.

### **1. Nguyên nhân**

- Cường bức nghỉ ngơi trên giường trong một thời gian dài do bệnh hay dưỡng bệnh.
- Bất động do yêu cầu điều trị (máng, nẹp, bột ... ).
- Rối loạn tâm thần đưa tới bất động.
- Liệt.
- Cứng khớp.
- Đau.
- Mất cảm giác.

### **2. Hậu quả**

#### **2.1. Biến chứng đối với hệ tim mạch:**

- Hạ huyết áp tư thế đứng: là do tình trạng giãn các mạch máu ở bụng và hai chi dưới khiến phần lớn thể tích máu tụ ở các vùng thấp khi bệnh nhân đứng. Bình thường, các mạch máu có khả năng co phản xạ, nhưng khả năng này đã bị mất do bất động lâu ngày.

Tình trạng này có thể làm người bệnh ngất xỉu vì thiếu máu não, có thể gây tổn thương não và chết đột ngột.

- Giảm hoạt động của tim.
- Viêm tắc mạch máu: thiếu vận động hai chi dưới có thể dẫn tới huyết khối tĩnh mạch. Tình trạng này có thể gây tắc mạch phổi và tử vong.

#### **2.2. Biến chứng đối với hệ hô hấp:**

- Giảm thông khí: giảm thể tích sống, thể tích khí/phút, dung tích thở tối đa do tư thế nằm lâu.

- Thở không sâu, thở nông.
- Giảm thông khí cơ học phần phổi do xung huyết thứ phát và viêm phổi ứ đọng.
- Giảm khả năng ho và hoạt động của lông nhu.
- Nhiễm trùng hô hấp tăng.
- Tần số tắc động mạch phổi tăng sau một thời gian nằm lâu.

Sự thanh thải dịch từ cây phế quản giảm gây khả năng xẹp phổi hoặc viêm phổi ứ đọng.

**2.3. Biến chứng hệ cơ xương:** yếu cơ, teo cơ, co rút, loãng xương do ít hoạt động.

- *Yếu cơ, teo cơ*

Khi cơ không hoạt động do bất động trong một thời gian nào đó, cơ sẽ bị yếu, mất tính dẻo dai và teo nhỏ. Sự suy yếu này sẽ làm cho người bệnh không hoạt động và cơ sẽ yếu và teo nhỏ thêm. Diễn tiến này tạo thành một vòng luẩn quẩn và càng đa người bệnh đến suy thoái về thể chất và tinh thần.

- *Co rút khớp*

Là tình trạng giới hạn tầm hoạt động của khớp do sự co rút của các mô mềm quanh khớp. Do bất động, khớp không cử động nên không có sự kéo dãn các mô collagen của bao khớp và/ hoặc cơ nên dẫn đến hậu quả này.

- *Loãng xương*

Do bất động nên sức kéo của cơ lên xương bị hạn chế và do không chịu trọng lực dẫn đến việc xương mất calci. Tình trạng loãng xương dẫn đến hậu quả như đau, dễ gãy xương, tạo sỏi đường tiết niệu.

**2.4. Biến chứng hệ thần kinh:**

- Nằm lâu gây giảm cảm giác

- Nằm lâu làm cho tinh thần lú lẫn, thiếu định hướng, giảm chức năng trí tuệ.

- Nằm lâu tạo nên mất tính tích cực vận động, mất tính ổn định, tâm lý lo âu, buồn chán.

**2.5. Biến chứng hệ tiêu hóa:**

- Mất ngon miệng.

- Giảm hấp thu chất dinh dưỡng.

- Giảm nhu động ruột, táo bón.

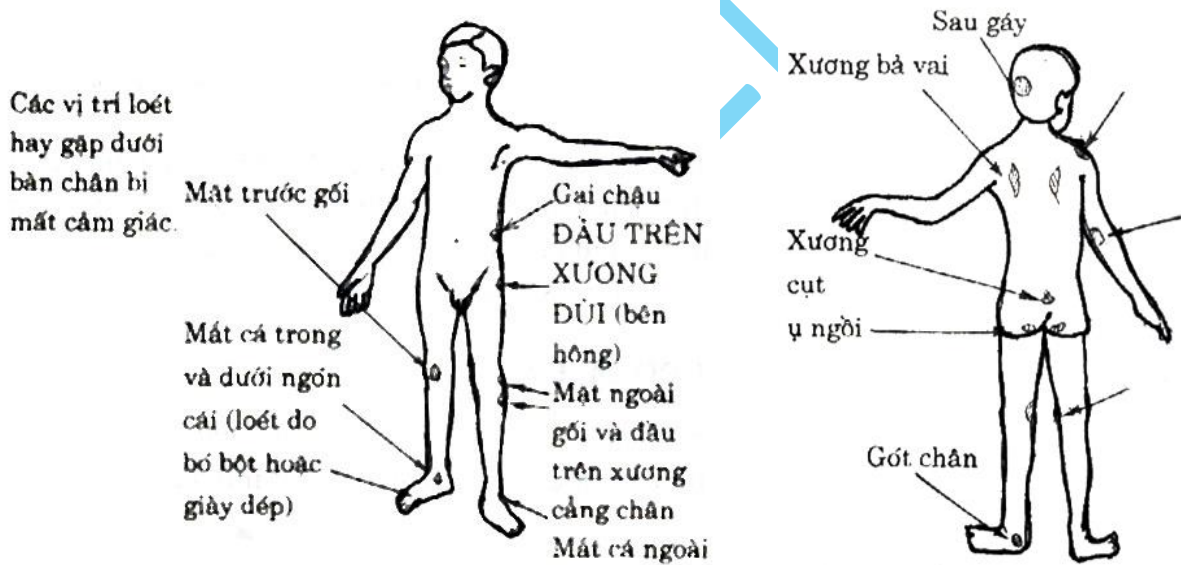
**2.6. Biến chứng hệ tiết niệu:** Sỏi thận, tiểu dầm, nhiễm trùng đường tiểu.

- Sỏi thận: Do tăng bài tiết calci do xương bị mất chất khoáng.
- Nhiễm trùng: Do ứ đọng nước tiểu, vì ít thay đổi tư thế hoặc do nhiễm trùng đường tiểu.
- Tiểu dầm.

### 2.7. Biến chứng da: loét do đè ép

Do nằm đè ép quá mức và kéo dài dẫn tới hậu quả hoại tử da và tổ chức dưới da do thiếu máu tại chỗ. Các ổ loét này thường gặp ở những nơi xương nhô chỉ có một lớp da mỏng bao bọc.

Những vị trí thường bị ép do đè ép là: Vùng xương cụt, vùng mấu chuyển lớn, vùng ụ ngồi, vùng xương gót chân, vùng mắt cá ngoài.



### 3. Cách phòng ngừa

Các thương tật thứ phát do bất động có thể ngăn ngừa rất hữu hiệu với các phương pháp sau :

- Cung cấp đủ chất dinh dưỡng giàu chất đạm, vitamine.
- Chăm sóc, vệ sinh da tốt, thường xuyên thay đổi tư thế người bệnh.

- Tập chủ động các cử động, các bài tập.
- Tập thụ động để duy trì tầm hoạt động của khớp (nếu người bệnh không tự tập được).

Tóm lại, phòng các thương tật thứ phát có thể phòng ngừa được và dễ dàng hơn là phải đương đầu với chúng khi chúng đã xảy ra.

Vietnam12h.com