

PHỤC HỒI CHỨC NĂNG VIÊM GÂN CƠ TỨ ĐẦU ĐÙI

I. Tổng quan

Viêm gân cơ tứ đầu là một tình trạng đặc trưng bởi tổn thương mô và viêm gân. Điều này xảy ra ở phần đỉnh của cơ tứ đầu vào cực trên xương bánh chè gây đau ở phía trước trên khớp gối.

II. Các bước cần chuẩn bị

1. Sinh viên đọc các thuật ngữ ở mục 4 và đảm bảo là quen với các thuật ngữ này sau phần chuẩn bị cho bài học
2. Sau đó, đọc các câu hỏi cần chuẩn bị ở mục 5. Ghi lại những câu hỏi có thể trả lời được bằng kiến thức của các bài trước đó. Cần đảm bảo là, tất cả các câu hỏi cần chuẩn bị này cần được trả lời sau khi hoàn thành hướng dẫn học tập này.
3. Nghiên cứu các tài liệu cần xem ở mục 4 và dùng các thông tin thu được để trả lời các câu hỏi chuẩn bị bài ở mục 5.
4. Tiếp theo, trả lời các câu hỏi chuẩn bị bài (mục 5). Ghi lại những điểm còn chưa hiểu, còn thắc mắc hoặc câu hỏi chưa trả lời được.
5. Xem các tình huống lâm sàng và chuẩn bị để thảo luận các tình huống này ở mục 6. Nghiên cứu các hình vẽ/slide được đưa vào mục 6, ghi nhớ những giải thích của giảng viên cho những điểm quan trọng.

III. Tài liệu học tập

- Sinh cơ học cơ tứ đầu đùi
- Tài liệu của bài này:
 - o Tài liệu phát tay “Phục hồi chức năng viêm gân cơ tứ đầu”
 - o Bài giảng/slide “Phục hồi chức năng viêm gân cơ tứ đầu”
 - o BMJ

IV. Các thuật ngữ cần nắm

Chấn thương gân do lạm dụng, RICE

V. Câu hỏi tự lượng giá

1. Trình bày khái niệm viêm gân cơ tứ đầu?
2. Chẩn đoán bệnh nhân viêm gân cơ tứ đầu?
Các câu hỏi chuẩn bị cho mục tiêu này sẽ là:
 - 2.1. Khai thác bệnh sử? tiền sử chấn thương?
 - 2.2. Khám phát hiện triệu chứng
 - 2.3. Phân tích kết quả xét nghiệm đã yêu cầu
3. Các chẩn đoán phân biệt cần đặt ra ở bệnh nhân này?
4. Tiếp cận điều trị của bạn với bệnh nhân này

Các câu hỏi chuẩn bị cho mục tiêu này sẽ là

4.1. Điều trị đặc hiệu

4.2. Điều trị phục hồi chức năng

4.3. Theo dõi và phát hiện di chứng

5. Tư vấn phòng bệnh

VI. Bài tập/tình huống cần chuẩn bị

CASE LÂM SÀNG

Họ và tên: Nguyễn Văn Nam, 32 tuổi

Địa chỉ: Cát Bi, Hải An, Hải Phòng

Nghề nghiệp: Nhân viên văn phòng

Đến khám bệnh vì đau mắt trước khớp gối P

Bệnh sử:

Bệnh nhân nam 32 tuổi thường xuyên chơi thể thao là bóng chuyền. Cách vào viện 3 tháng bệnh nhân đau âm ỉ mắt trước gối P và trước dưới đùi P. Trong lúc chơi khi tăng tốc đột ngột bệnh nhân thấy đau nhiều, đau tăng dần, nhất là khi đi lại di chuyển hoặc đá chân. Bệnh nhân đã ngừng chơi

Khám:

- Gối P không sưng
- Cơ đùi P, căng chân P không teo, cơ lực bình thường
- Ấn đau tại cực trên xương bánh chè P
- Kháng trở duỗi căng chân bệnh nhân đau tăng. Kéo giãn cơ tứ đầu đau tăng

1. Chẩn đoán sơ bộ của bệnh nhân này là gì?
2. Xét nghiệm cần làm để khẳng định chẩn đoán?
3. Kế hoạch điều trị cho bệnh nhân?
4. Kế hoạch theo dõi và quản lý bệnh nhân?