

Đau do thoái hóa cột sống thắt lưng: Từ sinh bệnh học đến điều trị

Trần Công Thắng

Đại học Y Dược TP. Hồ Chí Minh

TÓM TẮT

Thoái hóa cột sống thắt lưng (THCSTL) là bệnh học thường gặp ở người có tuổi, tỷ lệ 60-80% ở người không than phiền đau lưng và lên đến 90-95% ở người có đau lưng nhiều lần. Cột sống thắt lưng là cấu trúc chịu lực rất lớn của cơ thể, tăng lên rất nhiều khi ngồi hoặc đứng, đặc biệt ở tư thế cúi về phía trước. Do đó, bệnh lý THCSTL liên quan nhiều đến tư thế làm việc. Béo phì cũng là yếu tố tác động nặng lên cột sống thắt lưng và tăng thêm THCSTL.

Quá trình thoái hóa bắt đầu tổn thương từ nhân đệm lan lên mặt khớp, thân sống và sau đó phá hủy cấu trúc phía sau như vòng sợi, dây chằng, ... gây ra sự chèn ép các cấu trúc nhạy đau vùng lưng cũng như thần kinh thắt lưng. Mất vững cột sống và thoát

vị đĩa đệm nặng là hậu quả tất yếu của THCSTL.

Giai đoạn đầu của THCSTL thường không đau lưng, sau đó chuyển sang dạng đau tái phát khi ngồi hoặc đứng lâu và cuối cùng là đau dai dẳng vùng lưng, đau lan xuống mông và chân do rễ thần kinh bị chèn ép. Hình ảnh học Xquang, CT scan hoặc MRI cột sống thắt lưng sẽ dễ dàng giúp chẩn đoán nguyên nhân THCSTL.

Nghỉ ngơi, vật lý trị liệu và thuốc giảm đau NSAIDs như celecoxib, diclofenac, dexamethasone, ... là liệu pháp điều trị đau khá hiệu quả. Dexamethasone liều 50mg mỗi ngày có giá trị trong đau lưng do THCSTL. Phẫu thuật được chỉ định khi điều trị bảo tồn thất bại hoặc người bệnh có dấu hiệu chèn ép rễ thần kinh gây khiếm khuyết thần kinh.