

Phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng

Tài liệu số 9

PHỤC HỒI CHỨC NĂNG BÀN CHÂN KHOẸO BẨM SINH



BAN BIÊN SOẠN BỘ TÀI LIỆU PHỤC HỒI CHỨC NĂNG DỰA VÀO CỘNG ĐỒNG

(Theo quyết định số 1149/QĐ – BYT ngày 01 tháng 4 năm 2008)

Trưởng ban

TS. Nguyễn Thị Xuyên Thứ trưởng Bộ Y tế

Phó trưởng ban

PGS.TS Trần Trọng Hải Vụ trưởng Vụ hợp tác Quốc tế, Bộ Y tế

TS. Trần Quý Tường Phó cục trưởng Cục Quản lý khám chữa bệnh, Bộ Y tế

Các ủy viên

PGS.TS. Cao Minh Châu Chủ nhiệm Bộ môn PHCN Trường Đại học Y Hà Nội

TS. Trần Văn Chương Giám đốc Trung tâm PHCN, Bệnh viện Bạch Mai

TS. Phạm Thị Nguyên Chủ nhiệm Bộ môn PHCN Trường Đại học kỹ thuật Y tế Hải Dương

BSCK. II Trần Quốc Khánh Trưởng khoa Vật lý trị liệu - PHCN, Bệnh viện Trung ương Huế

ThS. Nguyễn Thị Thanh Bình Trưởng khoa Vật lý trị liệu - PHCN, Bệnh viện C Đà Nẵng

PGS.TS Vũ Thị Bích Hạnh Phó chủ nhiệm Bộ môn PHCN Trường Đại học Y Hà Nội

TS. Trần Thị Thu Hà Phó trưởng khoa Vật lý trị liệu - PHCN Bệnh viện Nhi Trung ương

TS. Nguyễn Thị Minh Thủy Phó chủ nhiệm Bộ môn PHCN Trường Đại học Y tế công cộng

ThS. Nguyễn Quốc Thới Hiệu trưởng Trường Trung học Y tế tỉnh Bến Tre

ThS. Phạm Dũng Điều phối viên chương trình Ủy ban Y tế Hà Lan - Việt Nam

ThS. Trần Ngọc Nghị Chuyên viên Cục Quản lý khám, chữa bệnh - Bộ Y tế

Với sự tham gia của chuyên gia quốc tế về phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng

TS. Maya Thomas Chuyên gia tư vấn về PHCNDVCD

ThS. Anneke Maarse Cố vấn chương trình Ủy ban Y tế Hà Lan - Việt Nam

LỜI GIỚI THIỆU

Phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng (PHCNDVCD) đã được triển khai ở Việt Nam từ năm 1987. Bộ Y tế đã rất quan tâm chỉ đạo và hướng dẫn thực hiện công tác PHCNDVCD ở các địa phương. Được sự phối hợp của Bộ Lao động, Thương binh & Xã hội, Bộ Giáo dục & Đào tạo và các Bộ, Ngành liên quan khác, cũng như sự chỉ đạo, đầu tư của chính quyền các cấp, sự giúp đỡ có hiệu quả của các tổ chức quốc tế, công tác PHCNDVCD ở nước ta trong thời gian qua đã giành được một số kết quả bước đầu rất đáng khích lệ. Nhiều cấp lãnh đạo Bộ, Ngành, địa phương đã thấy rõ tầm quan trọng của PHCNDVCD đối với việc trợ giúp người khuyết tật nhằm giảm tỷ lệ tàn tật, giúp họ tái hòa nhập cộng đồng, nâng cao chất lượng cuộc sống. Về tổ chức, đến nay đã hình thành mạng lưới các bệnh viện Điều dưỡng – PHCN, các trung tâm PHCN, các khoa Vật lý trị liệu – PHCN với nhiều thầy thuốc được đào tạo chuyên khoa sâu về PHCN, tham gia triển khai thực hiện kỹ thuật PHCN ở các địa phương.

Nhằm đẩy mạnh chương trình PHCNDVCD ở Việt Nam, yêu cầu về tài liệu hướng dẫn PHCNDVCD để sử dụng trong toàn quốc là rất cấp thiết và hữu ích. Với sự giúp đỡ kỹ thuật của chuyên gia của Tổ chức Y tế thế giới (WHO), sự tài trợ, chia sẻ kinh nghiệm có hiệu quả của Ủy ban Y tế Hà Lan – Việt Nam (MCNV), từ năm 2006, Bộ Y tế đã bắt đầu tiến hành tổ chức biên soạn bộ tài liệu để sử dụng thống nhất trong chương trình PHCNDVCD trên toàn quốc. Sau nhiều lần Hội thảo, xin ý kiến đóng góp của các chuyên gia Y học trong nước và nước ngoài, đến nay, Bộ tài liệu về PHCNDVCD đã hoàn thành và đã được Bộ Y tế phê duyệt. Bộ tài liệu này bao gồm:

- Tài liệu *“Hướng dẫn quản lý và thực hiện PHCNDVCD”* dành cho cán bộ quản lý và lập kế hoạch hoạt động PHCNDVCD.
- Tài liệu *“Đào tạo nhân lực PHCNDVCD”* dành cho các tập huấn viên về PHCNDVCD.
- Tài liệu *“Hướng dẫn cán bộ PHCN cộng đồng và Cộng tác viên về PHCNDVCD”*.
- Tài liệu *“Hướng dẫn người khuyết tật và gia đình về PHCNDVCD”*.
- 20 cuốn tài liệu hướng dẫn thực hành về PHCN theo các dạng tật thường gặp.

Nội dung của bộ tài liệu được xây dựng dựa trên những tài liệu sẵn có về phục hồi chức năng và PHCNDVCD của WHO và được điều chỉnh cho phù hợp với thực tế tại Việt Nam.

Cuốn “*Phục hồi chức năng bàn chân khoèo bẩm sinh*” này là một trong 20 cuốn hướng dẫn thực hành về phục hồi chức năng các dạng tật thường gặp nói trên. Đối tượng sử dụng của tài liệu này là cán bộ PHCN cộng đồng, cộng tác viên PHCNDVCEĐ, gia đình người khuyết tật. Nội dung cuốn sách bao gồm những kiến thức cơ bản nhất về khái niệm, triệu chứng, cách phát hiện, các biện pháp chăm sóc và PHCN cho trẻ có bàn chân khoèo bẩm sinh. Ngoài ra, tài liệu cũng cung cấp một số thông tin cơ bản về những nơi có thể cung cấp dịch vụ cần thiết mà gia đình trẻ có thể tham khảo.

Tài liệu hướng dẫn này đã được soạn thảo công phu của một nhóm các tác giả là chuyên gia PHCN và PHCNDVCEĐ của Bộ Y tế, các bệnh viện trực thuộc trung ương, các trường Đại học Y và Y tế công cộng, trong đó TS Trần Thị Thu Hà là tác giả chính biên tập nội dung.

Trong quá trình soạn thảo bộ tài liệu, Cục quản lý khám chữa bệnh đã nhận được sự hỗ trợ về kỹ thuật và tài chính của Ủy ban Y tế Hà Lan Việt Nam (MCNV), trong khuôn khổ chương trình hợp tác với Bộ Y tế về tăng cường năng lực PHCNDVCEĐ giai đoạn 2004-2007. Một lần nữa, chúng tôi trân trọng cảm ơn sự giúp đỡ quý báu này của MCNV. Ban biên soạn trân trọng cảm ơn những góp ý rất giá trị của các chuyên gia PHCN trong nước và các chuyên gia nước ngoài về nội dung, hình thức cuốn tài liệu.

Trong lần đầu tiên xuất bản, mặc dù nhóm biên soạn đã hết sức cố gắng nhưng chắc chắn vẫn còn nhiều thiếu sót. Mong bạn đọc gửi những nhận xét, phản hồi cho chúng tôi về bộ tài liệu này, để lần tái bản sau, tài liệu được hoàn chỉnh hơn.

Mọi thông tin xin gửi về: Cục Quản lý khám chữa bệnh, Bộ Y tế, 138A Giảng Võ, Ba Đình, Hà Nội.

Trân trọng cảm ơn.

TM. BAN BIÊN SOẠN
TRƯỞNG BAN

TS. Nguyễn Thị Xuyên
Thứ trưởng Bộ Y tế

PHỤC HỒI CHỨC NĂNG BÀN CHÂN KHOÈO BẨM SINH

1. GIỚI THIỆU

Bàn chân khoèu bẩm sinh

Là một dị tật bàn chân xảy ra trong thời kì bào thai. Bao gồm phần trước bàn chân nghiêng, xoay trong và bị kéo xuống dưới; phần gót chân bị kéo vào trong, một số cơ và dây chằng bị ngắn lại và co rút.

Tỷ lệ mắc

Cứ 1.000 trẻ sơ sinh sống có khoảng 1 - 2 trẻ mắc dị tật bàn chân khoèu bẩm sinh; trong đó trẻ trai hay mắc hơn trẻ gái gấp 2 lần.

Các vấn đề liên quan

- **Vận động:** trẻ bị bàn chân khoèu đi lại có thể bị lệch người, dáng đi xấu.
- **Tâm lý:** Trẻ, người lớn bị bàn chân khoèu không được phục hồi chức năng sớm thường có cảm giác tự ti, xấu hổ, không mạnh dạn tham gia vào các hoạt động như vui chơi, học hành, thể dục thể thao, tìm kiếm việc làm và xây dựng gia đình.
- **Việc làm:** Người lớn bị bàn chân khoèu nếu không được phục hồi chức năng có thể gặp khó khăn trong kiếm việc làm do hình thức và chức năng vận động bị hạn chế nên khó được chấp nhận.
- **Xã hội:** Trẻ em và người lớn bị bàn chân khoèu không được phục hồi chức năng sớm thường bị bạn bè, người xung quanh chế nhạo.

2. NGUYÊN NHÂN

Nguyên nhân trước sinh

- Bất thường về gen: một số gia đình có vài người bị bàn chân khoèu.
- Tư thế bàn chân của bào thai bất thường.
- Đột biến nhiễm sắc thể: Trẻ bị cứng đa khớp bẩm sinh (bàn chân khoèu, bàn tay khoèu, cứng khớp gối, cứng khớp khuỷu, cứng khớp vai, trật khớp háng...).
- Bất thường về cấu trúc xương bàn chân bẩm sinh.
- Bất thường về thần kinh chi phối bàn chân.

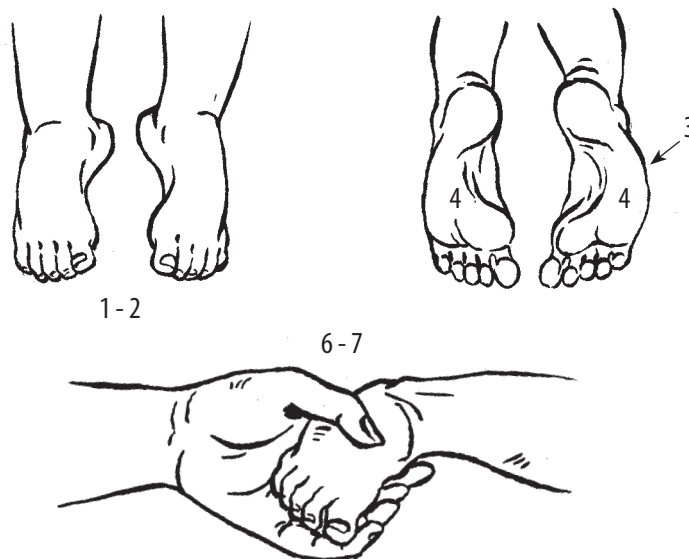
Không rõ nguyên nhân

3. PHÁT HIỆN SỚM

Dấu hiệu và triệu chứng

10 dấu hiệu phát hiện bàn chân khoèo bẩm sinh.

1. Khép và nghiêng trong phần trước, giữa bàn chân.
2. Bàn chân ở tư thế thuổng (Gập lòng bàn chân).
3. Mép ngoài bàn chân cong.
4. Nếp lằn da sau gót bàn chân rõ.
5. Nếp lằn da phần giữa bàn chân rõ.
6. Khoảng giữa mắt cá trong và xương ghe không sờ thấy.
7. Ngắn ngón chân cái.
8. Cơ cẳng chân có thể bị teo hoặc liệt.
9. Dùng tay không thể đưa bàn chân về vị trí trung gian.
10. Các dị tật khác có thể kèm theo như trật khớp háng, cứng khớp gối, trật khớp xương bánh chè, cứng khớp khuỷu, bàn tay khoèo.



Xét nghiệm

Chụp X-quang để phát hiện các bất thường về xương, khớp cổ chân và bàn chân, đặc biệt khi nghi ngờ có trật khớp háng.

4. CAN THIỆP SỚM

4.1 Phục hồi chức năng/ Điều trị

Nguyên tắc

- Can thiệp sớm ngay sau khi sinh.
- Can thiệp phục hồi chức năng toàn diện: bó bột chỉnh hình, bài tập kéo dẫn, nẹp chỉnh hình.
- Khám lại thường quy 6 tháng/lần sau khi kết thúc bó bột để đánh giá tiến triển.

Mục tiêu can thiệp sớm

- Nắn chỉnh dần dần biến dạng bàn chân.
- Kéo dẫn các cơ, dây chằng bị co ngắn.
- Duy trì bàn chân ở tư thế trung gian sau bó bột.
- Cải thiện dáng đi đúng về sau.

Kỹ thuật can thiệp

(1) Bó bột chỉnh hình

- **Chỉ định:** Trẻ bàn chân khoèo bẩm sinh <12 tháng tuổi.
- **Người thực hiện:** Bác sĩ phục hồi chức năng, kỹ thuật viên phục hồi chức năng tại Khoa/Trung tâm phục hồi chức năng
- **Thời gian bó bột:** 4-5 tháng (2 tuần/đợt x 8 - 10 đợt).
- **Các bước tiến hành bó bột theo 4 giai đoạn**

Giai đoạn 1: Chỉnh bàn chân ra ngoài dần dần về đường giữa, 4 lần bó (2 tháng).

Giai đoạn 2: Chỉnh bàn chân thẳng dần về 0° trong lúc giữ nguyên độ nghiêng trong 0°, 4 đợt tiếp theo (2 tháng).

Giai đoạn 3: Chỉnh bàn chân nghiêng ngoài 5°, gập mu bàn chân 5°, 2 đợt cuối (1 tháng).

– Lưu ý

Theo dõi khi chân đang bó bột: Nếu các ngón chân sưng, tím, đau tháo bột ngay tránh hoại tử.

Sau khi tháo bột cần rửa sạch chân trẻ, bôi Betadin vào chỗ xước, loét.

Nếu có nhiễm trùng da cần dùng kháng sinh thích hợp.

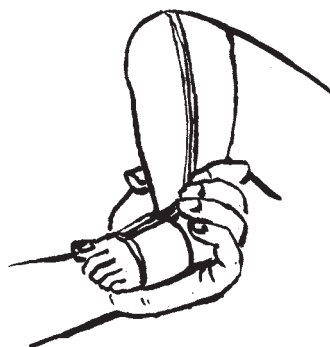
Làm các bài tập kéo dẫn thụ động tại khớp cổ chân - bàn chân trong lúc không bó bột giữa các đợt và trước khi bó bột.

(2) Băng chỉnh hình

- **Chỉ định:** Trẻ bàn chân khoèo bẩm sinh <6 tháng tuổi không có điều kiện bó bột chỉnh hình.
- **Người thực hiện:** Gia đình
- **Nguyên liệu:** Băng hoặc vải đệm mềm dày 8mm, rộng 25mm, băng dính rộng 25m.
- **Thời gian băng:** cho đến khi phục hồi hoàn toàn.
- **Các bước tiến hành băng:**



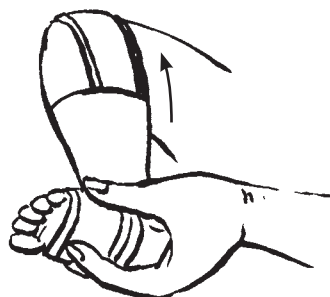
h.1



h.2



h.3



h.4

Đặt trẻ nằm ngửa, gập gối.

Quấn vải đệm lót quanh bàn chân, gối và đùi (h.1).

Quấn băng dính phủ lên trên đệm lót từ mép ngoài bàn chân, lên mu bàn, xuống lòng bàn chân, qua gối sang phía bên kia (h.2).

Quấn băng dính lần 2 quanh cẳng chân để giữ băng dính lần 1 (h.3).

Cứ 2 - 3 ngày thít chặt thêm 1 lớp băng dính mới lên trên lớp cũ (h.4).

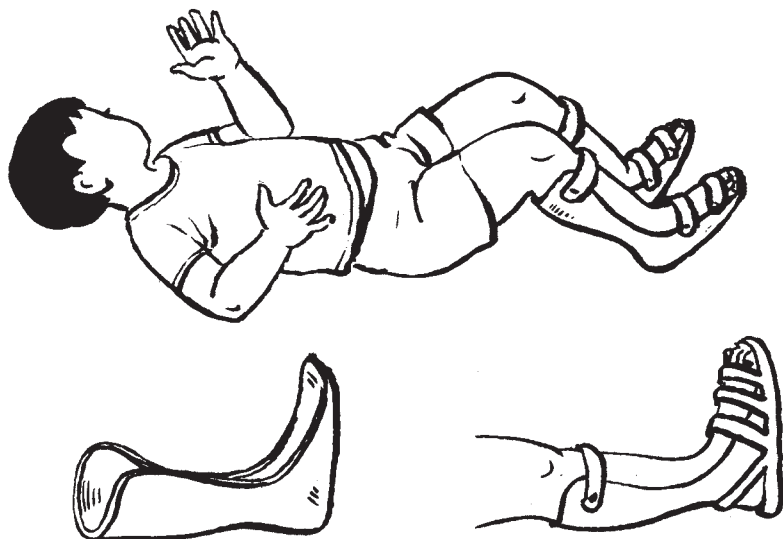
Sau 7 ngày tháo tất cả băng dính và đệm lót ra.

Ngày thứ 8 băng lại lần mới như cách mô tả trên.

Hàng ngày thực hiện bài tập kéo giãn thụ động tại khớp cổ chân - bàn chân trong băng cho trẻ.

(3) Nẹp chỉnh hình

- **Chỉ định:** Trẻ bàn chân khoèo sau bó bột chỉnh hình.
- **Người thực hiện:** Kỹ thuật viên phục hồi chức năng, dụng cụ chỉnh hình.



Nẹp dưới gối bằng Polypropylen không khớp + giày hoặc dép bên ngoài.

Thời gian đeo nẹp: cả ngày lẫn đêm, cứ 2 giờ tháo ra kiểm tra và xoa bóp nhẹ nhàng.

Kiểm tra nẹp định kỳ 2 tháng/lần hoặc khi nẹp chật.

(4) Vận động trị liệu

- **Bài tập 1:** Xoa bóp vùng ngón chân, mu bàn chân (cơ gấp mu các ngón chân) và phía dưới cẳng chân (cơ sinh đôi, dép).



- **Bài tập 2:** Bài tập kéo dẫn thụ động tại khớp cổ chân - bàn chân: làm theo thứ tự từ sau bàn chân → trước bàn chân → Khớp cổ chân.

Kéo nhẹ xương gót xuống phía dưới (kéo dẫn gân Asin).

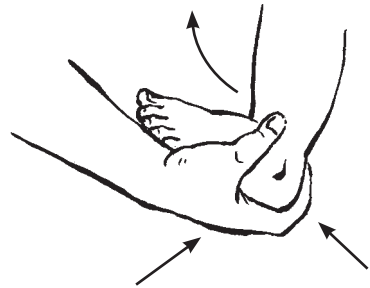
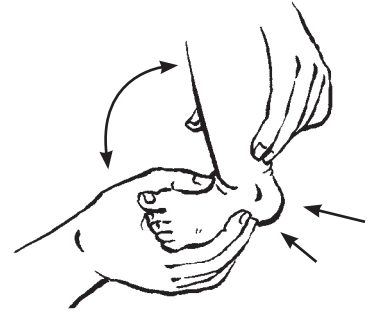
Kéo nhẹ xương gót ra phía ngoài (để sửa lại phần trước bàn chân bị nghiêng trong).

Kéo nhẹ phần trước bàn chân về phía trước.

Đẩy nhẹ xương sên ra phía sau và kéo nhẹ phần trước bàn chân ra phía ngoài để sửa lại phần trước bàn chân bị khép và nghiêng trong.

Kéo nhẹ xương gót xuống dưới và đẩy phần trước bàn chân lên trên để sửa lại tư thế cổ chân bị gấp mặt lòng.

Chỉnh nghiêng trong bàn chân bằng nắm chỉnh 3 điểm: gót kéo ra ngoài + phần trước bàn chân kéo ra ngoài + phần giữa mép ngoài bàn chân đẩy vào trong.



(5) **Phẫu thuật chỉnh hình**

- **Chỉ định:** Trẻ bàn chân khoèo bẩm sinh >12tháng tuổi chưa được bó bột chỉnh hình.
- **Người thực hiện:** bác sỹ ngoại khoa.

4.2 **Giáo dục trẻ và tư vấn cho gia đình**

- Nhà trường, cha mẹ trẻ cần động viên trẻ đi học.
- Cha mẹ có thể liên hệ với bác sỹ phục hồi chức năng, kỹ thuật viên phục hồi chức năng tại các Khoa phục hồi chức năng của các bệnh viện Trung ương-tỉnh, các trung tâm chỉnh hình và phục hồi chức năng để có được các thông tin về phục hồi chức năng cho trẻ bị bàn chân khoèo bẩm sinh.

4.3 **Hướng nghiệp**

Người bị bàn chân khoèo bẩm sinh không được phục hồi chức năng sớm cần tránh những nghề lao động nặng, ảnh hưởng lên bàn chân.

4.4 Hỗ trợ về tâm lý

- Trẻ em, người lớn bị bàn chân khoèo bẩm sinh không được phục hồi chức năng sớm có thể có những vấn đề về tâm lý cần được cán bộ tâm lý hỗ trợ.
- Gia đình cần giải thích cho trẻ hiểu về tình trạng bệnh tật của trẻ, chấp nhận và vượt qua mặc cảm của bệnh tật.
- Nhà trường cần giải thích cho các học sinh trong trường hiểu về tình trạng bệnh tật của trẻ bàn chân khoèo để có sự thông cảm và giúp đỡ.

5. CÁC CÂU HỎI CHA MẸ HAY HỎI

Con của tôi có thể đi lại bình thường không?

Trẻ hoàn toàn có thể đi lại bình thường, nếu được can thiệp sớm và kiên trì theo sự hướng dẫn của bác sỹ chuyên khoa phục hồi chức năng.

Phẫu thuật có thể chữa khỏi bàn chân khoèo không?

Có thể. Tuy nhiên nếu trẻ được phục hồi chức năng sớm thì sẽ tránh khỏi một cuộc phẫu thuật.

Các con khác của tôi có thể mắc bàn chân khoèo không?

Không phải tất cả mọi trường hợp bàn chân khoèo bẩm sinh đều có tính di truyền.

6. CÁC CƠ SỞ CUNG CẤP DỊCH VỤ CHO TRẺ BÀN CHÂN KHOÈO

- Trung tâm chỉnh hình - phục hồi chức năng tại các thành phố lớn, các tỉnh.
- Các khoa Chấn thương chỉnh hình, phục hồi chức năng của các bệnh viện Trung ương - tỉnh.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Giáo trình Vật lý trị liệu Phục hồi chức năng, NXB Y học, 2000.
- Trần Thị Thu Hà - Trần Trọng Hải, 2005, "Phát hiện sớm, can thiệp sớm một số dạng tàn tật ở trẻ em Việt Nam", NXB Y học.
- Ma. Lucia Mirasol Magallona, 2005, Manual for CBR workers and Caregivers, C&E Publishing Inc.

DANH MỤC BỘ TÀI LIỆU PHỤC HỒI CHỨC NĂNG DỰA VÀO CỘNG ĐỒNG

- Hướng dẫn quản lý và thực hiện phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng
- Đào tạo nhân lực phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng
- Hướng dẫn cán bộ PHCNĐ và cộng tác viên về Phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng
- Hướng dẫn người khuyết tật và gia đình về Phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng

20 Tài liệu kỹ thuật về PHCN cho tuyến cộng đồng sử dụng, bao gồm:

1. Phục hồi chức năng sau tai biến mạch máu não
2. Phục hồi chức năng tổn thương tuỷ sống
3. Chăm sóc mỗm cụt
4. Phục hồi chức năng trong bệnh viêm khớp dạng thấp
5. Phòng ngừa thương tật thứ phát
6. Dụng cụ phục hồi chức năng tự làm tại cộng đồng
7. Phục hồi chức năng trẻ trật khớp háng bẩm sinh
8. Phục hồi chức năng cho trẻ cong vẹo cột sống
9. Phục hồi chức năng bàn chân khoèo bẩm sinh
10. Phục hồi chức năng cho trẻ bại não
11. Phục hồi chức năng khó khăn về nhìn
12. Phục hồi chức năng nói ngọng, nói lắp và thất ngôn
13. Phục hồi chức năng trẻ giảm thính lực (khiếm thính)
14. Phục hồi chức năng trẻ chậm phát triển trí tuệ
15. Phục hồi chức năng trẻ tự kỷ
16. Phục hồi chức năng người có bệnh tâm thần
17. Động kinh ở trẻ em
18. Phục hồi chức năng sau bỏng
19. Phục hồi chức năng bệnh phổi mạn tính
20. Thể thao, văn hoá và giải trí cho người khuyết tật



Sản phẩm chương trình hợp tác
“Tăng cường năng lực Phục hồi chức năng dựa vào cộng đồng”
giữa Bộ Y tế Việt Nam và Ủy ban Y tế Hà Lan Việt Nam



SÁCH KHÔNG BÁN

BỘ Y TẾ