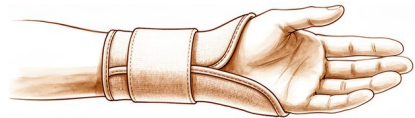


PATIENT INFORMATION

Mga Braso, Splint, at Suporta

Ang maayos na angkop na splint ay nagpapahinga at nagpoprotekta sa pulso o kamay, binabawasan ang pagkainit sa mga iritadong tendon at kasu-kasuan.

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 4.0



Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

Ano ang nararamdaman mo

Maaaring mapansin mo ang sakit at katigasan sa iyong pulso, mga daliri, balikat, o bukung-bukong. Ang lokasyon ay nakadepende sa iyong tiyak na pinsala. Halimbawa, ang basag na buto ng pulso ay madalas na nagdudulot ng sakit sa tabi ng hinlalaki ng iyong pulso. Ang isyu sa balikat ay maaaring magpahirap sa pag-abot sa likod ng iyong likod upang isara ang bra o itabi ang damit. Ang mga pinsala sa daliri ay maaaring magpahirap sa mga simpleng gawain tulad ng pag-button ng damit o paghawak ng mga bagay.

Ang iyong mga sintomas ay madalas na nagbabago sa aktibidad. Ang sakit ay maaaring lumala matapos mong gamitin ang kasukasuan o sa gabi kapag nakapahinga ka. Maaaring maramdaman mo ang katigasan kapag gising ka pa lang sa umaga. Ang katigasan na ito ay karaniwang humihina habang gumagalaw ka. Para sa ilang pinsala, tulad ng bahagyang pagkahiya sa bukung-bukong ng isang bata, ang sakit ay maliit at mapamahalaan. Maaaring makita mong tumutulong ang mga suporta na bandage o natatanggal na splint upang mabawasan ang hindi komportableng pakiramdam. Ang mga device na ito ay pinapanatiling matatag ang lugar nang hindi sobrang paghihigpit sa galaw.

Sa ilang kaso, tulad ng sa ilang kondisyon sa daliri, ang paggamit ng splint ay nagbibigay ng pagpapagaan ng sintomas na katulad ng mga inyeksyon. Maaaring maramdaman mong may pag-unlad sa pagganap at mas kaunting sakit matapos ang ilang linggo ng pagsusuot ng brace. Para sa mga fracture ng pulso sa mga matatanda, kadalasang sapat ang apat na linggo ng immobilization upang gumaling ang buto. Malamang na mararamdaman mo ang malaking pag-unlad sa panahong ito. Gayunpaman, kung hindi gumaling ang buto nang wasto, maaaring kailanganin mo ang karagdagang paggamot.

Ang sakit sa balikat ay maaari ring mangyari matapos ang surgery para sa joint replacement. Maaaring makita mong ang paggalaw ng balikat nang walang cast sa loob ng tatlong linggo ay parang pakiramdam ng pagsusuot nito. Ibig sabihin, mayroon kang mas malayang paggalaw nang mas maaga. Para sa mga scaphoid fracture sa

mga matatanda, ang maliit na paglipat (2 mm o mas mababa) ay ginagamitan ng cast. Kung hindi magkakabit ang buto, maaaring kailanganin mo ang surgery upang ayusin ito.

Sa kabuuan, ang iyong karanayan ay nag-iiba-iba depende sa uri ng pinsala. Ang ilang brace ay nagpapahintulot sa iyo na tanggalin ito para sa kalinisan o magaan na paggalaw, na nakakatipid ng oras at bisita sa ospital. Ang iba ay nangangailangan ng mahigpit na pagsunod upang panatilihin ang buto sa tamang posisyon. Ang iyong surgeon ang gabay sa iyo kung ano ang inaasahan. makinig sa iyong katawan. Kung lumala ang sakit o masyadong mahirap na ang mga pang-araw-araw na gawain, ipaalam sa iyong care team. Karamihan sa mga pasyente ay nakakakita na ang mga konservatibong paggamot tulad ng mga splint at ehersisyo ay nag-aalok ng magandang pagpapagaan at pag-unlad sa pagganap.

Ano ang nangyayari talaga

Ang iyong mga buto, kasu-kasuan, at malambot na tisyu ay nagtutulungan upang payagan kang gumalaw. Kapag may nangyaring mali, ang mga brace at splint ang tumutulong. Isipin ang brace bilang isang suporta na yakap para sa iyong katawan. Ito ay nag-iingat na manatili sa tamang posisyon ang mga bahagi upang magaling nang walang karagdagang stress.

Para sa mga basag na pulso, maaaring mag-uli nang kaunti ang mga buto mula sa tamang pagkakahanay. Ang isang natatangal na splint ay pinapanatiling matatag ang pulso habang ito ay nag-uugnay at nagagaling. Pinapayagan nitong galawin mo ang iyong mga daliri at binabawasan ang pangangailangan para sa madalas na pagbisita sa ospital. Sa mga matatanda, ang pagpapanatili ng katiyakan ng pulso sa loob ng apat na linggo ay karaniwang sapat upang ang karamihan sa mga basag ay magaling nang wasto. Para sa mga stable na basag, ang mga brace na ito ay isang magandang alternatibo sa mabibigat na plaster cast.

Sa iyong kamay, ang trigger finger ay nangyayari kapag ang tendon na yumuyuko sa iyong daliri ay nakakabit. Parang isang lubid na nangingisda at nakakabit sa isang pulley. Ang brace para sa kasu-kasuan ng gitnang daliri ay tumutulong upang panatilihin ang alignment ng tendon. Kasama ang banayad na ehersisyo, maaari nitong bawasan ang mga sintomas at mapabuti ang function sa maikling panahon. Ito ay kasing epektibo ng mga steroid injection para sa maraming tao.

Para sa mga sugat sa tuhod, ang anterior cruciate ligament (ACL) ay isang matibay na banda ng tisyu na nagpapatatag sa iyong tuhod. Minsan ito ay napuputol. Ang Cross Brace Protocol ay nag-aalok ng paraan upang gamutin ito nang walang operasyon. Layunin nitong tulungan ang ligament na magaling nang natural sa pamamagitan ng paggabay sa iyong galaw. Maaari itong magresulta sa sapat na paggaling para sa ilang mga pasyente.

Sa iyong balikat, ang joint capsule ay ang manggas na nag-iingat na manatili sa tamang posisyon ang ulo ng buto ng itaas na braso. Pagkatapos ng reverse total shoulder replacement, ang ilang mga pasyente ay hindi nangangailangan ng cast sa lahat. Ang paggalaw nang walang immobilization ay nagbibigay ng mga resulta sa sakit at function na katulad ng pagsuot ng cast sa loob ng tatlong linggo.

Para sa maliliit na buto ng pulso tulad ng scaphoid, kahit maliliit na pag-uli ay may kahalagahan. Kung ang basag ay maliit (2 mm o mas mababa), ang cast ay karaniwang unang hakbang. Kung ang buto ay mabigo na magaling, maaaring kailanganin ang maagang operasyon. Sa mga bata, ang mga fracture ng bukong-bukong ay

madalas ay mild. Ang mga supportive bandage, splint, o walking cast ay tila lahat ay gumagana nang mabuti na may katulad na antas ng kaginhawaan. Patuloy pa rin naming sinusuri kung alin ang pinakamainam para sa bawat bata.

Ano ang inaasahan

Ang iyong landas ng paggaling ay nakadepende sa tiyak na sugat at sa brace o splint na iyong ginagamit. Para sa maraming fracture ng pulso, ang mga removable na splint ay nag-aalok ng praktikal na alternatibo sa tradisyonal na cast. Maaari nitong matipid ang iyong oras at bawasan ang bilang ng mga bisita sa ospital na kailangan mong gawin. Mas mura rin ang pamamaraang ito para sa sistema ng kalusugan. Sa mga matatandang pasyente na may stable na fracture ng pulso, karaniwang sapat na ang apat na linggo ng immobilization sa cast para sa paggaling. Para sa ibang stable na fractures, ang mga orthosis (custom na braces) ay isang magandang alternatibo sa mga plaster cast.

Kung mayroon kang sugat sa tuhod na kabilang ang anterior cruciate ligament, maaaring pagpipilian ang Cross Brace Protocol. Ang pamamaraang hindi operasyon ay maaaring magresulta sa sapat na paggaling ng istruktura at function ng tuhod para sa ilang mga pasyente. Para sa mga fracture ng bukong-bukong sa mga bata, walang iisang pinakamahusay na paggamot sa pagitan ng mga supportive na bandages, removable na splints, at walking casts. Ang lahat ng tatlong opsyon ay mabuting tinatanggap at may katulad na panganib ng mga komplikasyon. Ang iyong surgeon ay tumutulong pumili ng pinakamainam na akma para sa tiyak na kaso ng iyong anak.

Ang mga isyu sa kamay tulad ng trigger finger ay madalas na umuunlad sa pamamagitan ng isang proximal interphalangeal joint orthosis (isang brace para sa gitnang joint ng daliri) na pinagsama-sama ng mga therapeutic na ehersisyo. Ang splinting ay nagbibigay ng pagpapagaan ng sintomas at pagpapabuti ng function na katumbas ng mga corticosteroid injections. Ito ay isang epektibong short-term na conservative na paggamot. Gayunpaman, hindi patunayan ng ebidensya na ito ay mas mahusay kaysa sa iba pang mga hindi operasyong paraan dahil limitado ang mga direktang paghahambing.

Para sa mga scaphoid waist fractures sa mga matatanda, ang paunang paggamot ay karaniwang kinabibilangan ng immobilization sa isang cast kung ang buto ay displaced ng 2 mm o mas kaunti. Kung ang buto ay hindi gumaling sa pamamaraang ito, inirerekomenda ang maagang fixation. Nakakagulat, ang ilang scaphoid fractures na may higit sa 20% bridging ay maaaring mag-consolidate nang walang interbensyon sa loob ng isang hanggang limang taon. Sa mga prosedura sa balikat, ang sakit at function na walang immobilization ay katumbas ng mga may tatling linggo ng panahon ng immobilization. Sa kabuuan, ang mga brace at splint ay dinisenyo upang suportahan ang paggaling habang pinapayagan kang pamahalaan ang pang-araw-araw na buhay na may minimong abala.