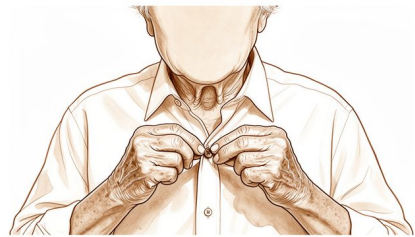


PATIENT INFORMATION

Arthritis ng DIPJ

X-ray ng arthritis sa DIPJ: ang espasyo ng kasukasan sa dulo ng daliri ay naglalapad at may maliit na bone spurs na bumubuo sa paligid ng nasira na cartilage — ang pattern na nagdudulot ng Heberden nodes.

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 pagkakasikip at sakit sa pinakahuling kasu-kasuan ng iyong daliri. Ito ang distal interphalangeal joint, o DIPJ. Ang hindi komportableng pakiramdam ay madalas na tila malalim na pananakit. Maaari nitong gawing mahirap ang mga simpleng galaw. Maaaring mahirapan kang baluktotin nang buo ang dulo ng iyong daliri. Tinatawag itong flexion contracture. Sa paglipas ng panahon, maaaring magbago ang hugis ng kasu-kasuan. Maaari itong umusbong ng isang kurba na kilala bilang swan neck deformity.

Ang sakit ay madalas na lumala matapos mong gamitin ang iyong kamay. Ang mga gawain na nangangailangan ng pagpipitak o pagkupert ay nagiging pagod. Maaaring mahirapan kang umabot sa likod mo upang isara ang bra. Ang pagtatakip ng damit sa loob ng pantalon ay maaaring maging awkward o masakit. May mga tao na nararamdaman ang pagkakasikip kapag gising pa lamang sila. Karaniwang humihina ito habang gumagalaw ang iyong kamay. Gayunpaman, maaaring bumalik ang sakit matapos ang matagal na aktibidad.

Sa ilang kaso, maaaring lumipat ang kasu-kasuan mula sa tamang posisyon. Tinatawag itong subluxation. Ito ay nangyayari kapag nasira ang ibabaw ng kasu-kasuan. Maaaring makita o maramdaman mo ang pagbabago sa pagkakahanay ng daliri. Ang balat sa itaas ng kasu-kasuan ay maaaring maging sensitive. Maaaring mapansin mo ang pamamaga na pumapasok at lumalabas. Ang sakit sa gabi ay mas bihira ngunit maaari itong mangyari kung may pamamaga sa kasu-kasuan.

I-eeksamin ng iyong surgeon ang iyong kamay upang maunawaan ang mga sintomas na ito. Susuriin nila kung gaano karami ang galaw ng kasu-kasuan. Maaari silang maghanap ng mga senyales ng wear-and-tear arthritis. Tinatawag din itong osteoarthritis. Ito ay kasama ang mga pagbabago sa cartilage at buto. Ipapaliwanag ng iyong surgeon ang kahulugan ng mga natuklasan para sa iyo. Ususurin nila ang mga opsyon upang matulungan ang pagbawas ng iyong sakit at pagpapabuti ng function.

Ano ang nangyayari talaga

Ang joint sa dulo ng iyong daliri ay isang maliit na bisagra na nagbibigay-daan sa iyo na humawak at kumapit. Sa loob nito, ang dalawang dulo ng buto ay nakakubli ng makinis na kartilago. Ang kartilagong ito ay nagsisilbing shock absorber, na nagpapahintulot sa mga buto na dumulas sa isa't isa nang walang alitan. Sa paglipas ng panahon, maaaring magkasira ang patong na ito dahil sa edad, sugat, o paulit-ulit na stress. Kapag ito ay naging manipis, ang mga buto ay magsisimulang magkuskosan nang direkta sa isa't isa. Ito ay nagdudulot ng sakit, stiffness, at pamamaga. Maaaring mapansin mo na pakiramdam ng joint ay magaspang o nakakabit kapag sinusubukan mong galawin ito.

Ang joint ay pinagkakaisa ng matibay na manggas na tinatawag na capsule at sinusuportahan ng mga ligament. Kung ang ibabaw ng joint ay seryosong nasira, ang mga buto ay maaaring lumipat mula sa kanilang tamang posisyon. Ito ay tinatawag na subluxation. Kapaganagan ito, ang joint ay nawawalan ng normal na hugis at katatagan. Maaaring makita mo ang kitang-kita na buntot o deformity sa dulo ng iyong daliri. Ang maling pagkakahanay ay naglalagay ng karagdagang stress sa mga nakapaligid na tissue, na nagpapatigil sa mga pang-araw-araw na gawain tulad ng pagbutones ng damit o pag-type.

Ang mga tendon ay may mahalagang papel din sa paggalaw ng iyong daliri. Ang mga ito ay parang matibay na lubid na humihila sa iyong daliri upang baluktotin ito. Kung ang tendon ay nasugatan o ang joint ay unstable, ang balanse ng mga puwersa ay nagbabago. Ito ay maaaring magdulot ng abnormal na mga pattern ng pagbaluktot, tulad ng swan-neck deformity, kung saan ang joint ay sobrang baluktot. Ang pag-unawa sa mga mekanikal na pagbabagong ito ay tumutulong sa pagpapaliwanag kung bakit sapat na ang simpleng pahinga. Ang structural na pagkasira ay nangangailangan ng target na paggamot upang muling maibalik ang function at mawala ang sakit.

Mga maitutulong namin

Ang aming pamamaraan sa klinika ay sumasalamain sa paraan ni Dr. Kieran Hirpara, isang iskoltiko sa itaas na bahagi ng katawan sa Mater Private Hospital Rockhampton, sa pamamahala ng kondisyong ito. Sinisimulan namin ang konserbatibong paggamot upang pamahalaan ang sakit at mapanatili ang pag-andar. Ang pag-splint ng distal interphalangeal joint ay nagbabawas ng sakit at nagpapabuti ng extension nang hindi nagdudulot ng stiffness o paghihigpit sa iyong range of motion. Inirerekomenda rin namin ang pagbabago sa aktibidad at hand therapy upang panatilihin gumagalaw ang joint. Pakitandaan na ang immobilization ng joint na ito ay nagbabawas ng kabuuang lakas ng hawak, at ang epekto ay mas malinaw mula sa index hanggang sa little fingers. Karaniwang sinusubukan namin ang non-operative na paggamot para sa mga degenerative na problema at isinasalang-ala ang operasyon lamang kung hindi ito nagbibigay ng sapat na pagpapabuti.

Kung hindi sapat ang mga simpleng hakbang, tatalakayin namin ang mga opsyon sa medikal na pamamahala. Maaari kang kumain ng gamot pang-alis ng sakit o anti-inflammatories upang kontrolin ang hindi komportableng pakiramdam. Makakatulong din ang mga injection. Ang mga cortisone injection ay nagbabawas ng pamamaga upang magbigay ng pansamantalang ginhawa. Ang mga hyaluronic acid injection ay naglalayong maglubricate ng joint, habang ang mga platelet-rich plasma (PRP) injection ay gumagamit ng sarili mong blood components upang suportahan ang paggaling. Nag-iiba ang tagal ng ginhawa depende sa indibidwal at uri ng

injection. Para sa mga pasyenteng may joint contractures, maaaring maging opsyon ang collagenase injections, bagaman maingat naming tinatimbang ang panganib ng pagbabalik ng kondisyon. Ang aming assessment sa klinika, kabilang ang history, examination, at imaging kung kinakailangan, ay tumutulong sa amin na matukoy kung aling opsyon ang angkop sa iyong partikular na sitwasyon.

Isinasalang-ala ang operasyon kapag naabot na ng konserbatibong paggamot ang hangganan nito at ang sakit ay malaki ang epekto sa iyong pang-araw-araw na buhay. Nag-aalok kami ng ilang mga paraan sa operasyon depende sa kondisyon ng iyong joint. Para sa matinding sakit sa parehong middle at end joints ng iisang daliri, maaari naming gamutin ang pareho nang sabay-sabay. Kung nais mong mapanatili ang galaw, maaaring mag-cheilectomy kami upang alisin ang mga bone spur o gumamit ng denervation upang bawasan ang mga signal ng sakit. Para sa mga gustong may stable at walang sakit na joint, ang fusion (arthrodesis) ay isang karaniwang pagpipilian. Nag-aalok din kami ng silicone interpositional arthroplasty bilang isang alternatibong nagpapanatili ng galaw, na nagtitiyak ng mahusay na pag-alis ng sakit at range of movement na 30–40 degrees na may mababang kabuuang rate ng komplikasyon na 5%. Ipinapresente namin ang mga opsyong ito bilang isang shared decision, na tinitiyak na nauunawaan mo ang mga benepisyo at trade-off ng bawat landas.

Ano ang inaasahan

Ang iyong prognosis ay nakadepende sa kung paano kumilos ang iyong arthritis at sa anong landas ng paggamot ang iyong pipiliin. Kung walang paggamot, kadalasang sumusunod ang kondisyon sa isang likas na dehenratibong proseso. Kung nakaranas ka ng fracture ng mallet finger, maaaring umusbong ang wear-and-tear arthritis sa kasukasan. Maaaring mapansin mo ang pagbaba ng kakayahang yumuko ng iyong daliri. Gayunpaman, karaniwang hindi malaki ang epekto ng pagkawala ng galaw na ito sa iyong pang-araw-araw na gawain o sa kasiyahan sa kamay.

Kung mabigat at masakit ang arthritis, karaniwang nananatili ito at maaaring lumala sa paglipas ng panahon. Sa ilang kaso, maaaring umusbong ang deformidad na “swan neck” sa kasukasan, kung saan yumuyuko ang daliri sa hindi karaniwang paraan. Ang pag-unlad na ito ay pinapagana ng lumalaking stiffness at contracture sa kasukasan. Kung parehong sobrang sakit ang gitnang at dulo na kasukasan ng parehong daliri, maaaring irekomenda ng iyong surgeon na gamutin ang pareho nang sabay-sabay upang maibalik ang balanse at gawain.

Sa paggamot, inaasahan mo ang malaking pagbaba ng sakit. Kung pipili ka ng fusion procedure, ang layunin ay alisin ang sakit sa pamamagitan ng pagkakaisa ng mga buto. Madalas itong napakaepektibo. Kung mas gusto mong panatilihin ang ilang galaw, available ang mga alternatibo tulad ng silicone joint replacement o denervation kasama ang bone shaving. Halimbawa, karaniwang nagbibigay ang silicone replacement ng mahusay na pagbaba ng sakit at nag-aallow ng saklaw ng galaw na 30–40 degrees. Mababa ang kabuuang rate ng komplikasyon para sa partikular na prosedurang ito, sa 5%.

Iba-iba ang pakiramdam ng recovery depende sa prosedura. Ang pag-splint ng kasukasan ay maaaring bawasan ang sakit at mapabuti ang extension nang hindi nagdudulot ng stiffness o hindi pagsunod. Para sa mga nagsasagawa ng fusion, karaniwang maganda ang mga resulta, na may maaasahang bone union at mataas na kasiyahan ng pasyente. Kahit na mabigo ang isang dating silicone implant, maaaring tugunan ng customized bone grafting ang pagkawala ng buto at makamit ang maaasahang union. Tutulungan ka ng iyong surgeon na

bigyang-kahulugan ang mga opsyon na ito base sa iyong mga partikular na pangangailangan, tinitiyak na naiintindihan mo ang realistikong mga benepisyo at limitasyon ng bawat landas.

Kailan kumonsulta sa doktor

Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung mayroon kang patuloy na sakit sa kasukasukan ng dulo ng daliri na hindi gumagaling kahit magpahinga. Maghanap ng medikal na tulong kung mapapansin mo ang kahinaan, kawalan ng katatagan, o pakiramdam ng pagkakasara o pagbagsak ng daliri. Maaaring magpahiwatig ang mga sintomas na ito ng paglala ng depekto, tulad ng swan neck deformity, o malubhang pinsala sa kasukasukan. Ang biglaang paglala ng mga sintomas ay dahilan din upang humingi ng tulong. Ang maagang pagsusuri ay tumutulong sa iyong doktor na maunawaan ang pag-unlad ng arthritis na dulot ng pagkasira o mga pagbabago na dulot ng trauma. Ito ay nagbibigay-daan sa tamang pamamahala upang mapanatili ang kakayahan at kaginhawaan ng kamay. Huwag balewalain ang mga senyales na nagiging mahirap ang iyong mga araw-araw na gawain dahil sa mga isyu sa kasukasukan.