

Bali ng Hamate at Fracture-Dislocation ng CMC ng Palasingsingan/Hinliliit

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

Ang iyong nararamdaman

Ito ay biglaang pinsala, hindi isang problemang dahan-dahang nabubuo. Kadalasan itong nangyayari kapag sumuntok ka nang malakas sa isang bagay, bumagsak nang nakatukod ang iyong kamao, o tinamaan nang malakas ang iyong kamay. Maaaring maramdaman o marinig mo ang isang lagutok sa base ng iyong palasingsingan o hinliliit. Nagsisimula agad ang sakit, sa panlabas na gilid ng iyong palad malapit sa iyong pulso.

Ang base ng iyong hinliliit at ang butong kinapupuwestuhan nito (ang hamate, isa sa maliliit na buto ng pulso) ang sumasalo sa puwersa. Maaaring mabali ang joint doon at lumipat palabas sa puwesto. Makikita mo ang pamamaga sa likod ng iyong kamay, at maaari itong magpasa. Maaaring mukhang lumihis sa pagkakahamay ang iyong hinliliit o iba ang pagkakapuwesto nito kaysa dati. Masakit ang paggalaw sa daliring iyon, ang paghawak, o ang pagtulak gamit ang iyong kamay. Nagiging mahirap ang mga pang-araw-araw na gawain tulad ng paghawak ng tasa ng kape, pagpihit ng hawakan ng pinto, o pakikipagkamay.

Sa mga unang araw hanggang linggo, madalas mas malala ang sakit sa gabi at kapag sinusubukan mong igalaw ang daliri. Dahan-dahan itong humuhupa habang nagsisimulang maghilom ang buto at joint. Unti-unting humuhupa ang pamamaga, ngunit nananatiling masakit kapag hinawakan ang kamay kung isinasandal mo ito o mahigpit kang humahawak.

Hindi karaniwan ang mga pinsalang ito, at maaaring mahirap makita ang pinsala sa karaniwang x-ray. Iyan ang dahilan kung bakit mahalaga ang maingat na pagsusuri at mga espesyal na imaging view o CT scan. Kung hindi mapansin ang pinsala, maaaring hindi magdugtong ang buto, maaaring maagang masira ang joint, at maaaring mabawasan ang lakas ng iyong paghawak at galaw ng daliri. Maaari ring maging hindi matatag ang joint kung hindi ito agad nagamot.

Isang bagay na dapat bantayan: ang nerve na nagsisilbi sa iyong hinliliit ay dumadaan malapit sa butong ito. Maaaring lumitaw ang panghihina o pagbabago ng pakiramdam sa daliring iyon ilang araw o linggo pagkatapos ng pinsala, kaya sinusuri ang paggana ng iyong nerve sa simula at malapitang sinusubaybayan.

Kung may sugat sa balat sa ibabaw ng pinsala, may nakalabas na buto, may halatang pagbabago sa hugis, naging maputla, malamig, puti o kulay asul ang mga daliri, o bigla kang nawalan ng pakiramdam o paggalaw, pumunta sa emergency department sa parehong araw.

Ano ang aktwal na nangyayari

Isipin ang base ng iyong hinliliit bilang isang maliit na bloke na nakapatong sa isang pasamanong hugis-siyahan sa isa sa mga buto ng iyong pulso (ang hamate). May dalawang mababaw na lubak ang pasamano na may gulod sa pagitan, at bahagyang umuugoy dito ang bloke habang humahawak ka at ikinukuyom nang pasalok ang iyong kamay. Katabi nito ang iyong palasingsingan sa parehong buto, at naghahati ang dalawa sa trabaho. Magkasama, nagpapahintulot sila ng mga 15 hanggang 30 degrees na galaw kung saan nagtatagpo ang mga daliri at ang pulso.

Kapag sumuntok ka o tinamaan nang malakas, dumadaan ang puwersa diretso pataas sa hinliliit at papasok sa joint na iyon. Maaaring mabitak ang pasamano, at maaaring maitulak ang bloke pataas at paatras palabas sa uka nito. Ilang maliliit na tendon na nakakabit sa malapit ang humihila sa mga nabaling piraso, kaya lalo pang lumilihis sa pagkakahanay ang joint. Iyan ang dahilan kung bakit hindi normal ang puwesto o galaw ng daliri: ang ibabaw na kinapapatungan nito ay parehong bali at hindi matatag.

Naghihilom ang buto sa pamamagitan ng muling pagdudugtong, gaya ng sangang nabali na nagkakaroon ng kalyo. Ngunit kung magkalayo ang mga piraso, maaaring magdugtong ang mga ito sa maling posisyon, o hindi talaga magdugtong. Kung mananatiling wala sa puwesto ang joint, hindi pantay na nagkikiskisan ang mga ibabaw at maagang nasisira. Kaya ang layunin ng paggamot ay ihanay ang mga piraso at panatilihin hindi gumagalaw ang mga ito habang nagdudugtong.

Hindi karaniwan ang mga pinsalang ito, at madalas itong nangyayari dahil sa napakalakas na puwersa, kaya maaaring may kasama ring ibang pinsala sa kamay. Isa iyon sa mga dahilan kung bakit maaaring hindi mapansin ang buong pinsala sa karaniwang x-ray, kaya gumagamit ng mga espesyal na view o CT scan.

Isa pang bagay na sulit malaman: ang hamate ay isa sa maliliit na buto ng pulso, at ang mga bali rito ay bumubuo ng 2 hanggang 4% ng lahat ng bali ng buto ng pulso. Ang joint sa pagitan ng iyong hinliliit at ng pulso ay normal na bumabaluktot at tumutuwid nang mga 25 degrees, na mas maraming galaw kaysa sa joint ng palasingsingan. Ang pagkawala ng galaw na iyon ang dahilan kung bakit iba ang pakiramdam ng paghawak at pagkuyom nang pasalok ng kamay hanggang sa gumaling ito.

Ano ang maaari naming gawin tungkol dito

Itinutugma ni Dr Kieran Hirpara, isang upper-limb surgeon sa Mater Private Hospital Rockhampton, ang paggamot sa iyong partikular na pinsala. Ang ilan sa mga pinsalang ito ay naghihilom nang walang operasyon, at ang iba ay nangangailangan ng operasyon sa lalong madaling panahon pagkatapos ng pinsala, kaya mahalaga ang agarang pagsusuri. Ang mga pasyente ay karaniwang nirerefer sa aming klinika ng kanilang GP; kung iminungkahi ng isang physiotherapist na magpatingin sa amin, kakailanganin mo pa rin ng referral mula sa

iyong GP upang maging eligible para sa Medicare rebate. Sa klinika, kumukuha kami ng history, sinusuri ang iyong kamay, at nag-aayos ng imaging kung kailangan. Pagkatapos ay tinatalakay namin sa iyo ang mga opsyon.

Kung matatag ang joint o bahagya lamang na wala sa puwesto, maaari namin itong gamutin nang walang operasyon. Ibinabalik namin sa pagkakahanay ang joint at pinapanatili itong hindi gumagalaw gamit ang splint o cast habang nagdudugtong ang buto. Sinusuri namin ang posisyon gamit ang paulit-ulit na imaging habang naghihilom ito. Kapag ligtas nang gumalaw, paunti-unting isinasayos ng iyong therapist ang iyong pagbabalik sa paggalaw at paghawak. Pinipili ng ilang tao ang landas na ito nang alam nilang maaaring hindi perpekto ang pagkakaupo ng ibabaw ng joint, at na maaaring manatili ang kaunting sakit o pagbabago sa posisyon ng daliri. Bahagi ng magkasamang pagpapasya ang kapalit na iyon.

Inirerekomenda ang operasyon mula sa simula kapag malinaw na wala sa puwesto ang joint, hindi matatag, o nabali sa ilang piraso, o kapag kailangan ito ng uri ng pinsala. Maaari rin itong angkop sa mga taong ang trabaho o sport ay nagbibigay ng mabigat na pangangailangan sa kamay. Inihahanay ng operasyon ang buto at joint at pinapanatili ang mga ito roon habang naghihilom. Ipapaliwanag namin sa iyo nang hiwalay kung ano ang kasama rito.

Anumang landas ang piliin mo, magkatulad ang mga unang linggo. Kinokontrol namin ang iyong sakit habang humuhupa ang pamamaga. Pinoprotektahan mo ang kamay at pinapanatili itong nakataas habang naghihilom. Nagsisimula ang hand therapy sa tamang yugto, hindi masyadong maaga at hindi masyadong huli, upang bumalik ang galaw ng iyong mga daliri at paghawak nang hindi naaabala ang naghihilom na buto.

Ano ang dapat asahan

Nagsisimula ang paghilom sa muling pagdudugtong ng buto habang pinapanatili itong hindi gumagalaw. Kung ginamot ang iyong pinsala nang walang operasyon, magsusuot ka ng splint o cast sa mga unang linggo at magkakaroon ng malapitang pagsusuri sa panahong iyon upang matiyak na nananatiling nakahanay ang joint. Kung inoperahan ka, pinapanatili sa puwesto ang buto at joint habang naghihilom, at ang hand therapy kasama si Ruby Doolan sa Extend Rehabilitation ay nagsisimula sa tamang yugto upang maibalik ang galaw at paghawak.

Dumarating ang paggaling nang paunti-unti. Maaaring mabagal tumuwid ang iyong mga daliri nang higit sa 3 buwan pagkatapos ng paggamot, at ang paninigas ay normal na bahagi ng proseso ng paghilom sa halip na senyales ng pagkabigo. Maaaring mas matagal bumalik ang lakas ng paghawak kaysa sa galaw ng daliri. Karamihan sa mga tao ay nakababawi ng kapaki-pakinabang na paggana ng kamay habang humuhupa ang pamamaga at nagdudugtong ang buto, at ang mga pang-araw-araw na gawain tulad ng paghawak ng tasa o pagpihit ng hawakan ay nagiging mas madali habang bumabalik ang iyong paghawak.

Nakapagpapalakas ng loob ang inaasahang resulta ng parehong landas. Maaaring gumana nang maayos ang paggamot nang walang operasyon kapag maagang naihanay ang joint at nananatili itong matatag. Ang operasyon para sa mga pinsalang ito ay humahantong din sa magandang paggaling sa paggana, at ang mga taong ginamot para sa ganitong uri ng pinsala ay may kaunting pangmatagalang kawalan sa paggana ng kamay. Ang ilang taong inoperahan ay bumabalik sa buong tungkulin sa trabaho, bagaman ang sarili mong panahon ay nakadepende sa kung ano ang ginagawa ng iyong kamay araw-araw.

May mga totoong panganib na dapat mong malaman. Maaaring maghilom ang buto sa hindi magandang posisyon, na iniuugnay sa patuloy na sakit at maagang pagkasira ng joint. Ang panghihina ng paghawak ang pangunahing pangmatagalang problema kapag hindi maayos na nakahanay ang joint. Maaari ring hindi talaga magdugtong ang buto. May kapansin-pansing rate ng mga komplikasyon ang operasyon mismo, kahit maganda ang paggana sa huli para sa karamihan ng tao. Malapitang binabantayan ang paggana ng iyong nerve pagkatapos ng pinsala, dahil maaaring lumitaw ang pagbabago ng pakiramdam o panghihina sa hinlilit ilang araw o linggo pagkatapos.

Kung ang iyong mga sintomas ay hindi humuhupa, lumalala sa loob ng mga linggo, ginigising ka sa gabi, o pinipigilan kang magtrabaho o gamitin ang iyong kamay, magpatingin sa iyong GP o humingi ng specialist review.

Kailan dapat magpatingin

Humingi ng agarang pangangalaga kung mukhang wala sa puwesto o wala sa hugis ang iyong daliri, kung may sugat sa balat sa ibabaw ng pinsala, kung ang iyong mga daliri ay naging maputla, malamig, puti o kulay asul, o kung bigla kang nawalan ng pakiramdam o paggalaw sa kamay. Nangangailangan ang mga ito ng pagpunta sa emergency department sa parehong araw.

Magpatingin agad sa iyong GP kung sumuntok ka nang malakas sa isang bagay at hindi humuhupa ang sakit sa base ng iyong hinlilit, o kung ang pamamaga, paggalaw o paghawak ay hindi bumubuti linggo-linggo habang umuusad ang paghilom. Maaaring mahirap makita ang mga pinsalang ito sa karaniwang x-ray, kaya mahalaga ang maingat na pagsusuri at mga espesyal na imaging view o CT scan. Kung hindi mapansin ang pinsala, maaaring hindi magdugtong ang buto, maaaring maagang masira ang joint, at maaaring mabawasan ang lakas ng paghawak at galaw ng daliri.