

Jersey Finger (Avulsion ng Flexor Tendon)

Jersey finger: ang malalim na flexor tendon ay napuputol sa dulo ng daliri, kaya hindi na makakalikot ang pinakadulo ng daliri.

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

Ang Jersey finger ay karaniwang nangyayari sa isang sandali na malinaw mong naaalala, kadalasan habang humahawak o humihila sa isang bagay sa loob ng palakasan. Ang isang klasikong halimbawa ay ang paghawak sa isang buhol ng jersey ng kalaban sa rugby o football habang sila ay lumalayo, mula rito nagmula ang pangalan. Mayroong biglaang matulis na sakit sa dulo ng daliri, at pagkatapos ay pamamaga at maaaring magkakaroon ng dumi o bruise ang daliri.

Ang pinaka-kilalang senyales ay ang hindi mo **makakapagbaluktot ng pinakadulo ng daliri**. Ang kasukasan ng dulo ng daliri (ang maliit na kasukasan na pinakamalapit sa kuko, tinatawag na DIP joint) ay hindi aalukot papunta sa palad kapag sinusubukan mong gumawa ng kamay na nakasiksik, kahit na gumagalaw ang ibang bahagi ng daliri. Ang ring finger (daliring pang-apat) ang pinakakaraniwang apektado. May ilang tao rin ang nakakakita ng masakit na buntong hangin o lump na mas malayo pa sa daliri o kahit sa palad: ang lump na iyon ay ang dulo ng tendon, na nahiwalay sa buto at bumalik sa likod na parang isang inilayang elastic band.

Ano ang nangyayari talaga

Isang matibay na tendon na tinatawag na **flexor digitorum profundus** (FDP) ang tumatakbo sa palad ng bawat daliri at dumudugtong sa maliit na buto sa dulo ng daliri. Ang tungkulin nito ay balukutin ang huling kasukasan. Sa jersey finger, pinipilit na tuwidin ang daliri sa eksaktong sandali ng paghila ng kalamnan upang baluktotin ito, at ang tendon ay napuputol sa kung saan ito nakadugtong sa buto ng dulo ng daliri, minsan ay kasama ang maliit na piraso ng buto.

Mahalaga kung gaano kalayo bumalik ang maluwig na dulo ng tendon, at ang mga surgeon ay nagkakategorya ng mga sugatang ito base dito (ang Leddy–Packer classification). Kapag ang tendon ay bumalik lamang ng kaunti at nananatili sa daliri, karaniwang nananatili ang bahagi ng suplay ng dugo nito at maaaring maghintay nang kaunti. Kapag ito ay bumalik nang buo papunta sa palad, nawawalan ito ng suplay ng dugo at ang kanal kung saan ito karaniwang dumudulas (ang pulley system) ay nagsisimulang mag-scar at sarado. Ito ang dahilan kung bakit ang fully retracted na jersey finger ay **time-critical**: habang higit na matagal itong iniwan, higit na mahirap itong ibalik at idugtong muli. Ang sugat kung saan may piraso ng buto na nananatiling nakadugtong ay madalas na nananatili sa lugar at minsan ay maaaring gamutin nang kaunti nang huli.

Mga maitutulong namin dito

Sa aming klinika, pinamamahalaan ni Dr. Kieran Hirpara ang kondisyong ito sa pamamagitan ng pagpapatunay sa diagnosis sa pamamagitan ng maingat na pagsusuri sa iyong kasaysayan at pagsusuri sa katawan. Madalas kaming nagsisimula sa non-operative na paggamot para sa mga matagal nang isyu, at lumilipat sa operasyon lamang kapag ang ganitong pamamaraan ay hindi nagbibigay ng sapat na ginhawa.

Ang Jersey finger ay halos laging ginagamutan ng operasyon upang i-attach muli ang tendon sa buto. May ilang paraan upang gawin ito, depende sa nangyari sa tendon:

- Kung ang tendon ay nahulog nang buo mula sa buto, ito ay i-aattach muli gamit ang maliit na anchor na inilalagay sa buto, o sa pamamagitan ng mga tahi na dadaan sa dulo ng daliri at iikot sa isang button (isang “pull-out” na repair).
- Kung kasama nito ang isang piraso ng buto, ang pirasong iyon ay ibabalik at hahawakan sa tamang posisyon, karaniwan ay gamit ang maliit na turnilyo, wire, o maliit na plate.

Ang pinakamahalagang salik ay ang oras. Ang tendon na umuwi pabalik sa palad ay karaniwang kailangang ayusin **sa loob ng humigit-kumulang 7 hanggang 10 araw**, bago ito mawalan ng masyadong haba at dugo. Ang sugat na hawak ng isang piraso ng buto ay madalas na maaaring ayusin nang kaunti nang huli. Dito nagmumula ang dahilan kung bakit ang mabilis na pagsusuri ay tunay na nagbabago sa mga posibleng pagpipilian.

Kung ang sugat ay hindi napansin o natuklasan lamang sa loob ng ilang linggo o buwan, ang simpleng pag-attach muli ay maaaring hindi na posible. Sa sitwasyong iyon, ang mga pagpipilian ay mas malalaking operasyon: pagbuo muli ng tendon gamit ang graft, o, kung ang problema ay nasa kasukasuan ng dulo ng daliri, pagsasama ng maliit na kasukasuan na iyon upang bigyan ng matatag at walang sakit na daliri. Pagkatapos ng anumang mga repair na ito, mahigpit na nakatakdang programa ng hand therapy ay mahalaga upang makapagpagalaw ng tendon nang ligtas nang hindi ito nahuhulog habang gumagaling.

Ano ang inaasahan

Kapag naipagaling nang maaga at maayos ang jersey finger, maganda ang prognosis at karamihan sa mga tao ay nakakabalik sa malakas at kapaki-pakinabang na galaw ng dulo ng daliri. Gayunpaman, hindi mabilis ang

paggaling. Dahil mahina ang pinagaling na flexor tendon sa unang ilang linggo, magdudulot ka ng protektibong splint at susundin ang programa ng hand therapist na unti-unting ligtas na ipinapakilala ang paggalaw, at ang pagmadali sa prosesong ito ang pangunahing dahilan kung bakit nababigo ang paggaling. Karaniwang tumatagal ito ng ilang buwan bago makabalik sa buong hawak at mas mabibigat na gawain, at ang iyong therapist at surgeon ang magbibigay-direksyon sa timing ng iyong pagbabalik sa sports o manual na trabaho.

Mahalagang malaman na kahit ang isang magandang paggaling ay maaaring mag-iwan ng dulo ng daliri na medyo mas matigas kaysa sa kabilang panig. Ang mga sugat na naipagaling nang huli, o kung saan kailangan ng graft o joint fusion, ay karaniwang may mas limitadong galaw ng dulo ng daliri, kaya nga mahalaga ang maagang paggamot.

Kailan pumunta sa doktor

- **Hindi mo makapagbukol ng dulo ng daliri pagkatapos ng sugat mula sa pagkapit.** Ito ang pangunahing senyales ng *jersey finger* at dapat itong suriin **agad: huwag hintayin na baka gumaling na.** Ang tila “naka-jam” o may sprain na daliri ay maaaring tendon na naputol sa buto, at ang pinakamagandang resulta ay nakukuha sa maagang pag-aayos.
- May masakit na buntot sa daliri o palad pagkatapos ng ganitong sugat, lalo na kung may pagkawala ng kakayahang magbukol ng dulo ng daliri.
- Malakas na sakit, pamamaga, o pagkabla-bla ng daliri pagkatapos ng sugat mula sa sports o pagkapit na hindi gumagaling.
- Anumang sugat sa daliri kung saan tila mali ang galaw, pakiramdam, o itsura ng daliri: kapag may pag-aalinlangan, ipa-assess ito, dahil maikli ang panahon para sa pinakamagandang resulta.