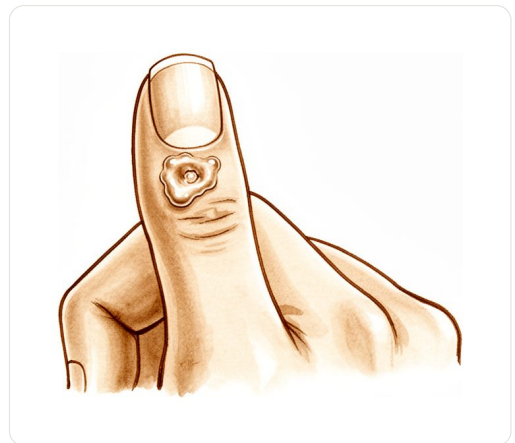


PATIENT INFORMATION

Mucous Cyst

Isang mucous cyst sa hinlalaki: isang maliit na bula na puno ng likido na nagmumula sa sirang kasu-kasuan sa dulo ng daliri o hinlalaki.

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 isang maliit, may likido na buntong-hininga sa itaas ng iyong daliri, karaniwan ay malapit sa huling kasukasuan. Ito ay isang mucous cyst. Madalas itong pakiramdam ay parang malambot na bula sa ilalim ng balat. Maaaring hindi ka mararamdaman ng sakit sa simula. Gayunpaman, habang lumalaki ang cyst, maaari itong pindutin ang mga malapit na tisyu. Ang presyong ito ay madalas na nagdudulot ng mahinang sakit o tenderness. Ang hindi komportableng pakiramdam ay karaniwang lumalala kapag gumagamit ng iyong daliri para sa mga gawain sa pagkapit o pagpipikot.

Ang cyst ay nasa malapit sa nail bed. Habang lumalaki ito, maaari itong itulak ang nail plate. Ang presyong ito ay maaaring magdulot ng mga guhit o ridges na bumubuo sa iyong kuko. Maaaring makita mo ang kuko na nagiging misshapen o bahagyang itinataas mula sa balat. Sa ilang kaso, ang balat sa itaas ng cyst ay nagiging manipis at makintab. Maaari itong maramdaman na mahigpit o sensitibo sa paghawak. Kung ang balat ay masira, maaari itong magdulot ng impeksyon, kaya mahalagang huwag itong piliin.

Ang mga araw-araw na gawain ay maaaring maging mahirap. Ang mga simpleng galaw tulad ng pag-button ng damit o pag-ikot ng doorknob ay maaaring masakit. Ang pag-abot sa likod ng iyong likod para i-fasten ang bra o pagtupi ng damit ay maaaring mag-strain sa apektadong daliri. Maaaring makita mong iwasan mo ang ilang mga galaw upang maiwasan ang sakit. May mga taong nag-uulat na lumala ang mga sintomas pagkatapos ng matagalang paggamit ng kamay. May iba namang nakakaramdam ng stiffness kapag gising sila sa umaga. Ang sakit ay maaari ring magdisturb sa iyong tulog kung ikaw ay pahinga ng iyong kamay sa paraang nagpapatibay ng presyon sa buntong-hininga.

Dahil ang mga cyst na ito ay konektado sa wear-and-tear arthritis sa kasukasuan, maaari mo ring mararamdaman ang pangkalahatang stiffness sa kasukasuan ng iyong daliri. Ang sakit ay madalas na localized sa likod ng daliri. Ito ay bihirang kumalat sa ibang bahagi ng kamay. Gayunpaman, ang patuloy na pag-aalala sa buntong-hininga ay maaaring magdisturb. Maaari mong makita ang sarili mong madalas na sinusuri ang laki ng

cyst o nag-aalala sa itsura nito. Ang pag-unawa sa mga sintomas na ito ay tumutulong sa iyong pamamahala ng iyong araw-araw na rutina at naghahanda sa iyo para sa susunod na hakbang sa iyong pag-aalaga.

Ano ang nangyayari talaga

Ang mucous cyst ay isang maliit, puno ng likido na bag na bumubuo malapit sa kasukasan ng iyong daliri o paa. Ito ay nasa itaas ng kasukasan, madalas ay malapit sa nail bed. Ang likido sa loob nito ay makapal at malagkit, katulad ng lubricant na tumutulong sa paggalaw ng iyong mga kasukasan nang maayos.

Ang cyst na ito ay hindi impeksyon. Ito ay direktang resulta ng wear-and-tear arthritis sa kasukasan. Habang tumatanda ang kasukasan, ang makinis na cartilage na sumasakop sa mga dulo ng buto ay nagsisimulang masira. Bilang tugon, sinusubukan ng iyong katawan na ayusin ang pinsala sa pamamagitan ng pagbuo ng maliliit na bone spurs, kilala bilang osteophytes, sa mga gilid ng kasukasan.

Isipin ang joint capsule bilang isang mahigpit na manggas na nakapalibot sa iyong kasukasan. Ang bone spur ay tumutulak sa manggas na ito mula sa loob. Sa paglipas ng panahon, ang patuloy na presyon ay lumilikha ng mahinang bahagi sa dingding ng capsule. Ang likido ng kasukasan ay tumatagas sa pamamagitan ng mahinang bahaging ito at nakapupulong sa ilalim ng balat, na bumubuo sa kitang-kitang bubong na iyong nakikita.

Ang cyst mismo ay sa halip ay isang lobo na puno ng likido ng kasukasan. Dahil ito ay bumubuo direkta sa itaas ng kasukasan, maaari itong pindutin ang mga kalapit na istruktura. Kung ito ay malapit sa kuko, maaari itong pindutin ang ugat ng kuko, na nagdudulot ng mga guhit o ridges sa iyong nail plate. Maaari rin nitong gawing manipis at mahina ang balat sa itaas ng cyst.

Ang pag-alis lamang ng cyst ay madalas na hindi sapat. Kung nananatili ang underlying bone spur, patuloy itong tutulak sa joint capsule. Ang presyong ito ay karaniwang nagdudulot ng pagtagas ulit ng likido, na nagdudulot ng pagbabalik ng cyst. Upang itigil ang siklong ito, kailangang tugunan ang pinagmulan ng presyon.

Ang aming approach ay nakatuon sa pag-alis ng parehong cyst at bone spur na nagdudulot ng iritasyon. Sa pamamagitan ng pagpapakinis ng gilid ng buto, tinatangal namin ang puwersa na tumutulak ng likido palabas mula sa kasukasan. Tinitiyak nito na ang joint capsule ay makakagaling nang maayos nang walang pagtagas ulit. Pinapagaling namin din nang maingat ang joint capsule upang lumikha ng matibay na selyo, na pumipigil sa pagbuo ulit ng likido sa hinaharap.

Ano ang maaari naming gawin dito

Ang pamamaraan ni Dr. Kieran Hirpara, isang surgeon sa upper-limb sa Mater Private Hospital Rockhampton, na ginagamit sa aming klinika ay sumasalamain sa paraan ng pamamahala namin sa kondisyong ito. Dumating ang mga pasyente sa aming klinika sa pamamagitan ng referral mula sa GP o physiotherapist. Isang pagsusuri sa klinika (kasaysayan, pagsusuri, at pag-imaging kung kinakailangan) ang nagtatatag ng diagnosis. Para sa mga degenerative o matagal nang problema, karaniwang sinusubukan namin ang non-operative care – pagbabago ng aktibidad, physiotherapy o hand therapy, paggamit ng splint, at mga injection – at pinag-aaralan ang surgery

kapag hindi ito nagbigay ng sapat na pagpapabuti. Para sa mga structural o acute na problema, maaaring irekomenda agad ang surgery, nang walang nakaraang non-operative trial.

Maaari kang magsimula sa pagprotekta sa lugar na apektado. Iwasan ang mga gawain na naglalagay ng pressure sa cyst o sa joint. Maaaring gabayan ka ng iyong physiotherapist sa mga banayad na galaw upang panatilihin ang mobility ng joint at bawasan ang stiffness. Layunin ng conservative care na ito na pamahalaan ang mga sintomas at pababain ang pag-unlad nito. Karaniwang inirerekomenda namin na bigyan ng patas na trial ang pamamaraang ito sa loob ng ilang linggo upang makita kung nagbibigay ito ng ginhawa.

Kung mananatili ang mga sintomas, tatalakayin namin ang mga opsyon sa medical management. Ang mga gamot pang-alis ng sakit at anti-inflammatory drugs ay makakatulong upang bawasan ang discomfort at pamamaga. Sa ilang kaso, maaaring irekomenda namin ang injection sa loob ng joint o cyst. Ang mga cortisone injection ay makakapagpahupa ng inflammation sa limitadong panahon. Ang mga hyaluronic acid injection ay maaaring maglubricate ng joint upang mapabuti ang galaw. Ang mga Platelet-rich plasma (PRP) injection ay gumagamit ng sarili mong blood components upang suportahan ang paggaling. Nag-iiba-iba ang tagal ng ginhawa para sa bawat tao at uri ng treatment.

Isinasalang-ala ang surgery kapag ang conservative care ay hindi nagbigay ng sapat na pagpapabuti o kung ang cyst ay nagdudulot ng malaking sakit o deformity ng kuko. Ang layunin ng aming surgical procedure ay alisin ang cyst at ang underlying bone spur na nagdudulot nito. Ang pag-alis ng bone spur ay susi upang maiwasan ang pagbalik ng cyst. Layunin namin ang kumpletong resolusyon sa karamihan ng mga kaso. Sa ilang mga teknik, tinatanggal din namin ang bahagi ng joint lining upang matiyak na mananatiling malinis ang lugar. Ang pamamaraang ito ay nagpakita ng mababang rate ng pagbalik na 1.4% sa mga maaasahang treatment, kasama ang mataas na kasiyahan ng mga pasyente tungkol sa scar at kahandaan na subukan muli ang prosedura. Tatalakayin namin ang mga opsyong ito sa iyo upang makagawa ng shared decision tungkol sa pinakamainam na landas.

Ano ang inaasahan

Ang mucous cyst ay isang bula na puno ng likido na karaniwang bumubuo malapit sa huling kasukasuan ng iyong daliri o hinlalaki. Madalas itong lumalaki nang dahan-dahan sa loob ng panahon. Kung walang gamutan, maaaring manatili o magbago ang laki ng cyst. Minsan, ito ay nagdudulot ng sakit o nagiging sanhi ng hirap sa pagbaluktot ng kasukasuan. Kung iiwan ito, bihira itong mag-ayos nang sarili at maaaring magpatuloy na makaapekto sa iyong mga pang-araw-araw na gawain.

Kapag pinamamahalaan nang may angkop na alaga, ang prognosis ay karaniwang positibo. Ang pagsasagawa ng operasyon para alisin ang cyst at ang nasa ilalim na bone spur (osteophyte) ay isang maaasahang paraan upang gamutin ang kondisyon. Ang pamamaraang ito ay nag-aalis ng cyst na may napakababa o halos walang pagkakataon ng pagbabalik nito. Sa ilang kaso, ang pag-alis lamang ng bone spur nang hindi inaalis ang cyst mismo ay maaari ring magdulot ng kumpletong paglaya sa karamihan ng mga pasyente. Ang ibang mga teknik, tulad ng buong pag-alis ng lining ng joint capsule o paggamit ng local skin flaps upang takpan ang lugar, ay epektibo rin. Ang mga pamamaraang ito ay nagpapakita ng mababang mga rate ng pagbabalik, na may ilang pag-aaral na nagpapakita ng rate ng pagbabalik na 1.4% lamang.

Maaari kang mag-expect ng mataas na kasiyahan sa cosmetic na resulta pagkatapos ng operasyon. Karamihan sa mga pasyente ay masaya sa itsura ng peklat at pipiliin na gawin muli ang prosedura. Ang mga pagbabalik, kung mangyari, ay karaniwang lumalabas nang maaga pagkatapos ng unang operasyon. Ito ang dahilan kung bakit mahalaga ang regular na mga appointment para sa follow-up. Ang iyong surgeon ay magmamanman sa lugar upang siguraduhing hindi babalik ang cyst at upang suriin ang anumang ibang pagbabago.

Ang paggaling ay kinabibilangan ng pagprotekta sa surgical site habang ito ay gumagaling. Kailangan mong panatilihin ang malinis ang lugar at mag-ingat sa mga senyales ng impeksyon. Karamihan sa mga tao ay bumabalik sa normal na paggamit ng kamay habang ang paggaling ay nag-uunlad, ngunit sundin ang tiyak na payo ng iyong surgeon kung kailan muling magsimula ng mabigat na paghawak o pag-angat. Ang layunin ay ibalik ang komportableng galaw at alisin ang bula. Sa tamang gamutan, maaari kang mag-expect na mawawala ang cyst at malaking pagpapabuti ang mararamdaman sa function ng kasukasan.

Kailan makipag-ugnayan sa isang espesyalista

Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung mapansin mo ang maliit na buntis sa malapit sa iyong kuko ng daliri. Maaaring magkaroon ng mucous cyst ng mga malabong senyales, kaya madali itong mapalampasin sa maagang yugto. Pumunta sa iyong doktor kung ang lugar ay naging masakit at hindi umuunlad sa pamamagitan ng pahinga. Humingi ng tulong kung nararamdaman mo ang kahinaan, kawalan ng katatagan, o kung ang kasukasan ay nakakabara o bumabagsak. Makipag-ugnayan sa amin kung ang mga sintomas ay nakakaapekto sa iyong tulog o trabaho. Biglaang paglala ng sakit o pamamaga ay nangangailangan din ng pagsusuri. Ang regular na mga follow-up ay tumutulong upang maiwasan ang pagbabalik o iba pang pagbabago. Ang maagang atensyon ay tumutulong upang maiwasan ang mga komplikasyon at panatilihin ang mahusay na pag-andar ng iyong daliri.