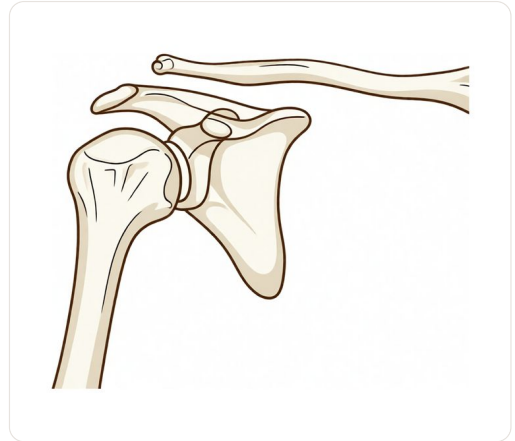


PATIENT INFORMATION

Sugat sa Acromioclavicular Joint (Pagkakahiwalay ng Balikat)



Ang pinsala sa AC joint (pagkakahiwalay ng balikat): ang panlabas na dulo ng collarbone ay tumataas palayo sa scapula.

Root4(one) / Wikimedia Commons, CC BY 2.5

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

Ano ang nararamdaman mo

Halos laging nagsisimula ang pinsalang ito sa isang pagkabagsak na direktang tumatama sa puntong itaas ng balikat: paglabas mula sa bisikleta, isang tackle o mabigat na kontak sa isport, o simpleng pagkadulas patungo sa isang matigas na ibabaw. Agad-agad, masakit ang itaas ng balikat, at sa loob ng susunod na isang araw o dalawang araw, madalas na lumalabas ang **makinis na bulubundukin o hakbang** sa dulo, kung saan nagtatagpo ang iyong collarbone at balikat.

Masakit sa pagpindot at pagtaas ng braso ang lugar, at ang pag-abot sa ibabaw ng katawan o sa itaas ay maaaring maging lalong hindi komportable. Kapag pinindot ang bulubundukin, maaaring maramdaman itong **springy**, parang pindutin ang dulo ng collarbone at makita itong bumabalik pataas, kaunti lang tulad ng isang piano key. Maraming tao ang instinctibong humahawak sa braso, dahil ang pag-iiwan nitong nakasalang ay nagdudulot ng pagkapagod sa masakit na kasukasan. Ito ang ibig sabihin ng mga tao ng **“paghihiwalay ng balikat”**, at hindi ito pareho sa isang dislocated shoulder, kung saan ang bola ng balikat ay lumalabas sa kanyang socket.

Ano ang nangyayari talaga

Sa pinakatuktok ng iyong balikat, mayroong isang maliit na kasukasan kung saan ang labas na dulo ng **tuyong-buntot (clavicle)** ay nagtatagpo sa isang butong tuktok ng balikat na tinatawag na **acromion**. Ito ang

acromioclavicular (AC) kasukasuan. Ito ay pinagkakabit ng mga ligamento, kabilang ang mga nasa paligid ng kasukasuan mismo at isang set ng matibay na ligamento na bahagyang mas mababa (ang **coracoclavicular**, o CC, ligamento) na gumagana bilang mga guy-rope na nagpapatibay sa tuyong-buntot pababa.

Ang pagkabagsak sa tuktok ng balikat ay nagdudulot ng pagbaba ng balikat habang nananatili ang tuyong-buntot sa sarili nitong posisyon, **nagpapahina o pagputol sa mga ligamentong iyon.** Kapag ang mga ligamento ng kasukasuan mismo lamang ang napapahina, ang tuyong-buntot ay nananatili sa kanyang posisyon. Kapag ang mas matibay na guy-rope na ligamento ay naputol din, ang tuyong-buntot ay hindi na pinipigilan pababa at umaakyat, na ito ang nagdudulot ng kitang-kita na bubong at hakbang.

Ang mga paragas na ito ay inihahati ng mga paragas sa pamamagitan ng dami ng pinsala, gamit ang isang sukat na tinatawag na **Rockwood classification, I hanggang VI.** Ang mga grado **I at II ay mga sprain** na may kaunting o walang displacement; ang grado **III ay nasa gitna**, na may kitang-kita na bubong ngunit ang balikat ay gumagana pa rin nang maayos; at ang mga grado **IV hanggang VI ay ang mga mataas na antas ng pinsala**, kung saan ang tuyong-buntot ay malubhang nasa maling posisyon. Mahalagang malaman na ito ay isang hiwalay na problema mula sa **nabubulok, arthritic AC kasukasuan** (pagkasira sa loob ng mga taon) at sa **nabasag na tuyong-buntot** (na pareho ay ating tinatalakay nang hiwalay).

Ano ang maaari naming gawin dito

Sa aming klinika, pinamamahalaan ni Dr. Kieran Hirpara ang pinsalang ito sa pamamagitan ng pagpapatunay sa diagnosis sa pamamagitan ng komprehensibong pagsusuri at imahen. Karaniwang nagsisimula kami sa non-operative na paggamot para sa mga matagal nang isyu at isaalang-alang ang operasyon lamang kung hindi nagbibigay ng sapat na ginhawa ang ganitong pamamaraan.

Ang magandang balita ay **hindi kailangan ng operasyon ang karamihan sa mga pinsala sa AC joint.**

Mga pinsalang mababa ang antas (grades I, II, at karamihan sa grade III) ay simpleng ginagamutan. Ang **paggamit ng sling para sa ginhawa** sa loob ng ilang linggo ay nagbabawas ng tensyon sa joint at pinapahintulutan nitong makapagpahinga ang iritasyon. Kapag bumaba na ang maagang sakit, **physiotherapy** ang nagbabalik ng galaw at nagpapatibay sa mga kalamnan sa paligid ng shoulder blade at balikat. Karaniwang nakakabawi ng magandang, minsan ay buong, kakayahan ang mga tao at bumabalik sa trabaho at sports. Ang iisang tapat na caveat ay cosmetic: kahit na gumaling na ang lahat, madalas ay nananatili ang bump sa itaas ng balikat sa habambuhay. Iba itong itsura kumpara sa kabilang panig, ngunit karaniwang hindi ito humahadlang sa paggamit ng balikat.

Ang operasyon ay inialok lamang sa mga pinsalang nangangailangan nito. Ibig sabihin, **mga pinsalang mataas ang antas (grades IV, V, at VI)**, kung saan malaki ang displacement ng collarbone, at ang mas maliit na grupo ng mga pinsalang mababa ang antas na patuloy na nakakaramdam ng sakit, kahinaan, o instability kahit na may tamang rehab, lalo na sa mga taong gumagawa ng mabigat na manual o overhead na trabaho, o sa mga serious na atleta. Isang operasyon ang nagre-reconstruct ng mga naputol na ligamento upang ibababa pabalik ang collarbone sa tamang posisyon at hawakan ito habang ito ay gumagaling. Usapin namin ito nang hiwalay sa ilalim ng AC joint stabilisation procedure.

Ano ang inaasahan

Para sa karamihan ng mga tao na may sugat na low-grade, ang kwento ay nagbibigay ng kasiyahan. Ang matulis na sakit ay aalis sa loob ng ilang linggo, at sa pisikal na terapiya, unti-unting mababalik ang lakas at saklaw ng galaw ng balikat. Karamihan sa kanila ay muling makakabalik sa kanilang karaniwang gawain at isport, na tanggap na ang **bump ay maaaring maging permanenteng paalala** ng sugat nang hindi nakakapaghadlang sa kakayahan ng balikat na gumalaw. Kahit ang ilang grade III na sugat na mukhang malala sa simula ay magagaling din nang walang operasyon.

Ang mga sugat na tumatagal ay ang mga high-grade, at ang mga low-grade na hindi talaga nagpapahupa. Dito, ang tanong ay **kung ang rekonstruksyon ay magbibigay ng mas matatag, mas malakas, at mas kaunting sakit na balikat** para sa mga pangangailangan na ipinapatupad ninyo sa ito, at ang sagot ay nakadepende sa marami sa inyong trabaho, isport, at kung paano kumikilos ang balikat sa unang ilang linggo. Mayroong mahusay na ebidensya na ang desisyong ito ay pinakamainam na gawin nang hindi nagmamadali, na nagbibigay ng patas na pagsubok sa balikat bago magdesisyon para sa operasyon, habang hindi pinapabayaang malinaw na hindi matatag, high-grade na sugat nang walang katapusan.

Kailan kumonsulta sa doktor

- **Ang pagkabagsak sa tuktok ng balikat** na nag-iiwan nito ng masakit, na may mapakitid na bulubundukin o hakbang sa itaas, ay dapat suriin, upang ma-grabe ang sugat at upang maalís ang pagkakataon ng basag na collarbone.
- **Ang malinaw, malakas na bulubundukin** na may pakiramdam na ang braso ay parang humihila pababa: ito ay nagpapahiwatig ng mas mataas na antas ng sugat na nangangailangan ng tamang pagsusuri.
- **Ang sakit o kahinaan na hindi nawawala** pagkatapos ng ilang linggo ng sling at pisikal na terapiya, lalo na kung gumagawa ka ng mabigat o overhead na trabaho o naglalaro ng sports.
- **Ang balat sa ilalim ng tensyon** sa ibabaw ng bulubundukin, pagbabago ng kulay ng balat sa ibabaw nito, o anumang pakiramdam na ang buto ay tumututok nang malakas sa balat: ipakita ito mas maaga.