

Fraktura ng Proksimal Humerus

X-ray na nagpapakita ng fracture sa itaas na bahagi ng upper arm bone, kaagad sa ilalim ng shoulder joint.

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 mararamdaman mo ang matulis na sakit sa itaas na bahagi ng iyong braso, malapit sa joint ng balikat. Karaniwang kumakalat ang sakit na ito pababa sa iyong braso o pataas papunta sa iyong leeg. Ang pinsala ay isang pagkabasag sa itaas na bahagi ng iyong buto ng braso, na maaaring mangyari kung mahulog ka o kung ang iyong mga buto ay mahina dahil sa pagpapapayat na nauugnay sa edad.

Karaniwang lumalala ang sakit kapag sinusubukan mong galawin ang iyong braso. Ang mga simpleng gawain tulad ng pag-angat ng tasa, pag-abot sa isang shelf, o pagtutukoy ng iyong kamiseta ay maaaring maging mahirap o imposible. Maaaring mahirapan kang umabot sa likod ng iyong likod upang i-fasten ang bra o i-button ang kamiseta. Kahit ang mga bahagyang galaw ay maaaring mag-trigger ng pagtaas ng kaguluhan.

Maraming tao ang nakakakita na ang sakit ay pinakamalakas sa gabi. Ang paghiga sa nasirang gilid ay madalas na masyadong masakit, kaya maaaring mahirapan kang makahanap ng komportableng posisyon sa pagtulog. Karaniwang gumising ka na may mapait at masakit na balikat. Ang pagpapahinga ng braso sa isang sling ay maaaring makatulong upang bawasan ang sakit sa pamamagitan ng pagpapanatili ng basag na buto na tahimik. Gayunpaman, ang pagpapanatili ng iyong braso na tahimik sa loob ng mahabang panahon ay maaari ring gawing matigas at mahigpit ang joint.

Habang ang sakit ay matindi, mahalagang malaman na ang karamihan sa mga fracture na ito ay gumagaling nang maayos nang walang operasyon. Ang iyong surgeon ay gabayin ka kung paano protektahan ang braso habang ito ay gumagaling. Sa karamihan ng mga kaso, ang non-surgical treatment ay nagdudulot ng matagumpay na paggaling at union rates na higit sa 90%. Ibig sabihin, ang buto ay nag-uugnay pabalik nang maayos para sa karamihan ng mga pasyente.

Kung ikaw ay isang mas matandang adulto, ang iyong treatment plan ay mag-aconsider ng iyong pangkalahatang kalusugan at lakas ng buto. Para sa mga mas batang adulto sa ilalim ng 65, ang operasyon ay hindi laging mas mabuti kaysa sa pahinga at suporta. Ang iyong surgeon ay titingnan ang imaging upang makita kung saan eksaktong ang basag at desisyonin ang pinakamainam na landas pasulong.

Para sa ilang mas matandang pasyente na may mas kumplikadong mga basag, maaaring pag-usapan ang joint replacement. Ang opsyong ito ay nag-aalok ng matibay na resulta para sa paggamot ng mga acute fractures sa mga mas matandang adulto. Ito ay isang ligtas at makatwirang pagpili kapag ang pinsala sa buto ay seryoso.

Ang karamihan sa mga bata na may ganitong uri ng fracture ay mabilis na gumagaling na may kaunting komplikasyon. Kung ikaw ay nag-aalaga ng isang bata, ang outlook ay karaniwang napakabuti.

Maging alerto na ang pinsalang ito ay maaaring makaapekto sa iyong pang-araw-araw na buhay nang malaki. Maaari itong magdulot ng pansamantalang disability at bawasan ang iyong pakiramdam ng well-being. Gayunpaman, ang tamang pag-aalaga at pasensya, ang karamihan sa mga tao ay muling nakakakuha ng paggamit ng kanilang braso. Sundin ang payo ng iyong surgeon sa paggalaw at pahinga upang suportahan ang iyong paggaling.

Ano ang nangyayari talaga

Ang itaas na bahagi ng iyong buto sa itaas na braso ay isang kumplikadong kontrolado na volume para sa galaw ng balikat. Kapag nahulog ka, maaaring magbasag ang lugar na ito sa mga piraso. Ang pinakamahalagang bahagi ay ang mga tuberosities, na mga butong bubong kung saan dumidikit ang mga tendon ng iyong rotator cuff. Isipin ang mga tendon na ito bilang matibay na lubid na nagpapataas at nagpapaliko ng iyong braso. Kung lumipat ang mga bubong na ito sa kanilang posisyon, nawawalan ng anchor ang mga lubid. Nagbabago ang paraan kung paano dumadaloy ang puwersa sa iyong joint ng balikat. Kahit maliliit na paglipat sa posisyon ay maaaring malaki ang epekto sa paraan kung paano gumagalaw at nagdudulot ng bigat ang joint.

Tinitingnan ng iyong surgeon ang katatagan ng mga koneksyong ito. Ang joint capsule ay ang sleeve sa paligid ng balikat, at ang cartilage ay ang makinis na coating sa mga dulo ng buto. Kapag lumipat ang mga fragment ng buto, maaaring magkagaspang ang isa sa isa o magpindot nang hindi pantay sa cartilage. Ito ang nagdudulot ng sakit at nagbabawas sa iyong range of motion. Sa ilang kaso, ang blood supply sa ulo ng buto ay nakakaapekto. Maaari itong magdulot ng stiffness o weakness kung hindi magaling ang paggaling ng mga piraso sa tamang alignment.

Nauunawaan namin na ang mga pagpipilian sa paggamot ay nakadepende sa iyong edad at sa partikular na pattern ng basag. Para sa maraming one-part fractures, kung saan basag ang buto ngunit naka-align pa rin, ang non-operative treatment ay epektibo. Karamihan sa mga matatandang may mga stable na fractures ay patuloy na tumatanggap ng non-surgical na paggamot na may positibong resulta. Ang non-surgical na pamamahala ay nagpapakita ng matagumpay na mga resulta at union rates na higit sa 90%. Ibig sabihin, gumagaling ang buto nang wasto nang walang surgery sa karamihan ng mga kaso.

Gayunpaman, kung ang mga fragment ng buto ay displaced o unstable, maaaring irekomenda ng iyong surgeon ang surgery. Ang layunin ay ibalik ang anatomy upang muling maging epektibo ang paghila ng iyong mga tendon. Gumagamit kami ng locking plates o nails upang hawakan ang mga piraso habang nagpapagaling. Ito ay

nagbibigay ng stable na fixation para sa proximal humerus. Sa mga severe na kaso kung saan ang buto ay sobrang sira upang ayusin, maaari naming isaalang-alang ang joint replacement. Ang pagpipiliang ito ay nag-aalok ng makabuluhang ebidensya ng epektibidad at functional durability sa paggamot ng acute proximal humerus fractures sa mga matatanda.

Mga maitutulong namin dito

Ang aming paraan ng pag-aalaga sa iyo ay sumasalamín sa pamamaraan ni Dr Kieran Hirpara, isang surgeon sa upper-limb sa Mater Private Hospital Rockhampton, sa pamamahala ng mga sugat na ito sa aming klinika. Ang karamihan sa mga proximal humerus fractures na may iisang bahagi ay gumagaling nang maayos nang walang operasyon. Sa karamihan ng mga kaso, ang non-operative na paggamot ay nagdudulot ng magagandang resulta. Ang mga rate ng union para sa nonsurgical na pamamahala ay higit sa 90%. Ang iyong paglalakbay ay madalas na nagsisimula sa self-management at physiotherapy. Maaari kaming gumamit ng sling upang suportahan ang iyong braso. Ang maikli o mahabang panahon ng immobilization ay nagdudulot ng katulad na resulta, kaya iniaangkop namin ang tagal base sa iyong kaginhawaan at pattern ng fracture. Layunin ng physiotherapy na ibalik ang galaw at lakas habang gumagaling ang buto. Ang karamihan sa mga matatandang may ganitong mga fracture ay patuloy na tumatanggap ng ganitong uri ng pag-aalaga na may magandang functional na mga resulta.

Ang medical na pamamahala ay nakatuon sa pagpapanatili ng iyong kaginhawaan habang nagse-set ang buto. Gumagamit kami ng gamot sa sakit at anti-inflammatories upang kontrolin ang discomfort. Kung tumatagal ang pamamaga o stiffness, maaari naming pag-usapan ang mga injection. Ang mga cortisone injection ay nagbabawas ng inflammation at sakit para sa isang limitadong panahon. Ang mga hyaluronic acid injection ay naglulubog ng joint upang mapabuti ang galaw. Ang mga platelet-rich plasma (PRP) injection ay gumagamit ng sarili mong blood components upang suportahan ang paggaling. Ang mga opsyon na ito ay tumutulong sa pamamahala ng mga sintomas kapag ang conservative na pag-aalaga lamang ay hindi sapat. Para sa mga degenerative o matagal nang problema, karaniwan naming sinisimulan ang mga hakbang na ito na non-operative. Kinikonsider namin ang operasyon lamang kapag hindi na ito nagbigay ng sapat na pagpapabuti.

Kinikonsider ang operasyon kapag naabot na ng conservative na pag-aalaga ang hangganan nito o kapag ang fracture ay kumplikado. Para sa mga displaced na two-part fractures sa mga pasyenteng 60 taong gulang pataas, walang makabuluhang pagkakaiba sa clinical na mga resulta sa loob ng 2 taon pagitan ng operasyon at non-operative na paggamot. Gayunpaman, para sa mga three- o four-part fractures sa mga matatanda, maaaring magbigay ang operasyon ng mas mahusay na long-term na functional na mga resulta. Ang reverse total shoulder arthroplasty (joint replacement) ay isang makatwirang at ligtas na opsyon para sa mga matatanda na may malubhang mga fracture. Ito ay nagbibigay ng epektibo at matibay na functional na mga resulta. Ang percutaneous na paggamot ng mga napiling fracture ay nagdudulot din ng predictable na union na may mababang rate ng mga komplikasyon. Ang rate ng mga komplikasyon pagkatapos ng operative na paggamot ay mataas, kaya iniwan namin ang operasyon para sa mga partikular na senaryo. Para sa mga structural o acute na problema, maaaring irekomenda agad ang operasyon. Ipinapakita namin ang mga opsyong ito bilang isang shared decision, batay sa iyong edad, kalidad ng buto, at pattern ng fracture.

Ano ang inaasahan

Ang iyong prognosis ay nakadepende sa malaking bahagi sa iyong edad at sa kabiguan ng pagkabasag. Para sa karamihan ng mga matatandang mag-aaral, ang mga basag na ito ay gumagaling nang maayos nang walang operasyon. Ang pamamahala nang walang operasyon ay nagdudulot ng matagumpay na paggaling sa higit sa 90% ng mga kaso. Malamang na magdala ka ng sling sa maikling panahon, tulad ng isang linggo, o sa mas mahabang panahon, tulad ng tatlong linggo. Parehong pagpipilian ay nagbibigay ng katulad na resulta. Ang karamihan ng mga pasyente ay nakakabalik ng mahusay na pag-andar gamit ang pamamaraang ito.

Kung ikaw ay mas bata sa 65, ang iyong doktor ay maaaring pag-usapan ang operasyon. Gayunpaman, ang ebidensya ay hindi nagpapakita ng malinaw na benepisyo ng operasyon kumpara sa walang-operasyon na pag-aalaga para sa mga matatanda sa ilalim ng edad na ito. Para sa mga kumplikadong pagkabasag sa mga matatanda, ang operasyon ay madalas na nagbibigay ng mas mahusay na pangmatagalang pag-andar kaysa sa pag-iiwan nito. Ang mga pamamaraan tulad ng reverse total shoulder replacement o internal fixation gamit ang mga plate at kuko ay tumutulong sa pagpapatibay ng buto. Layunin ng mga pamamaraang ito na ibalik ang galaw at bawasan ang sakit sa paglipas ng panahon.

Ang paggaling ay isang unti-unting proseso. Maaaring mapansin mo na ang iyong balikat ay parang matigas o mahina sa loob ng ilang buwan. Sa operasyon, maaaring maranasan mo ang ilang pagkabigo, dahil mas mataas ang rate ng komplikasyon at reoperasyon para sa mga kumplikadong pagkabasag. Sa kabila nito, maraming pasyente ang nakakamit ng magandang pangmatagalang resulta. Ang iyong doktor ay gabayan ang iyong rehabilitasyon upang matiyak na mababalik mo ang lakas nang ligtas.

Mahalagang maunawaan ang mas malawak na larawan ng kalusugan. Ang mga fragility fractures sa mga matatanda ay may mas mataas na panganib ng seryosong kaganapan sa kalusugan. Ang panganib ng kamatayan sa loob ng isang taon pagkatapos ng sugat ay 9.8%. Ang panganib na ito ay tumataas sa 28.2% sa limang taon. Ang pagtaas na ito ay higit sa doble ng populasyon ng pangkalahatan. Ang iyong doktor ay babantayan ang iyong pangkalahatang kalusugan nang mahigpit sa panahon ng paggaling upang pamahalaan ang mga panganing na ito.

Ang karamihan ng mga bata ay gumagaling nang buo na may kaunting komplikasyon. Para sa mga matatanda, ang pasensya ang susi. Habang ang ilang kahirapan ay maaaring manatili, ang karamihan ng mga pasyente ay bumabalik sa mga araw-araw na gawain. Ang iyong doktor ay magtatakda ng iyong plano ng pag-aalaga batay sa iyong partikular na pattern ng pagkabasag at estado ng kalusugan. Ang regular na mga follow-up ay tinitiyak na ang iyong buto ay gumagaling nang tama at tumutulong sa pagharap sa anumang mga alalahanin nang maaga.

Kailan kumonsulta sa doktor

Kumonsulta sa iyong doktor kung mayroon kang patuloy na sakit na hindi gumagaling kahit magpahinga. Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung napapansin mo ang kahinaan o kawalan ng katatagan sa iyong balikat. Humingi ng agad na paggamot kung ang iyong balikat ay nakakabit o biglang bumabagsak. Kontakin ang iyong doktor kung ang mga sintomas ay nakakaapekto sa iyong tulog o trabaho. Biglaang paglala ng sakit ay dahilan din upang humingi ng tulong. Karamihan sa mga isang-part na fracture ay gumagaling nang maayos

nang walang operasyon. Gayunpaman, ang tumpak na pagsusuri ay mahalaga. Gagamitin ng iyong surgeon ang mga imahen upang suriin kung may mga komplikasyon. Ang maagang pagsusuri ay tumutulong na maiwasan ang pangmatagalang kapansanan. Huwag balewalain ang mga senyales na hindi gumagalaw ang iyong paggaling ayon sa inaasahan.