

Arthritis ng Balikat

Arthritis ng balikat sa X-ray: ang kartilago na nagsisilbing panangga sa pagitan ng bola at socket ay nasira na, napaliit ang espasyo ng kasukasuan, at may mga espur ng buto na bumuo sa paligid ng gilid.

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 arthritis ng balikat ay isang karaniwang kondisyon kung saan ang protektibong cartilage sa iyong shoulder joint ay unti-unting nawawala. Ang proseso ng wear-and-tear na ito ay nagdudulot ng pagkiskisan ng mga buto sa isa't isa. Malamang na mararamdaman mo ang malalim na sakit sa balikat. Madalas, ang sakit ay umaabot pababa sa iyong itaas na braso. Maaari rin itong umabot pataas patungo sa iyong leeg.

Ang sakit ay karaniwang lumalala sa pag-eehersisyo o paggawa ng galaw. Ang mga simpleng galaw tulad ng pag-abot sa mataas na shelf o pag-angat ng mabigat na bag ay maaaring mag-trigger nito. Sa paglipas ng panahon, nagiging mahirap ang mga araw-araw na gawain. Maaari kang magkaroon ng hirap sa pagtutukoy ng iyong kamiseta o sa pag-abot sa likod para i-fasten ang bra. Madalas na masakit ang pagtulog sa apektadong gilid. Maraming pasyente ang nakakakita na mas masakit ang balikat sa gabi, na nagdudulot ng pagkaantala sa kanilang pahinga.

Ang stiffness ay isa pang pangunahing sintomas. Maaaring maramdaman mo ang pagkakapit o pagkakasiksik ng iyong balikat, lalo na sa umaga o pagkatapos ng mahabang pag-upo. Ang stiffness na ito ay maaaring limitahan ang laki ng galaw ng iyong braso. Maaari mong mapansin ang pakiramdam ng pagkiskisan o marinig ang mga tunog ng clicking kapag gumagalaw. Ang mga sensasyong ito ay nangyayari dahil wala na ang makinis na ibabaw ng joint para mag-cushion sa galaw.

Ang edad ay may malaking papel sa mga pagbabagong ito. Ang mga matatanda ay madalas na nakakaranas ng mas malinaw na radiological changes at sakit. Gayunpaman, ang arthritis ng balikat ay maaaring makaapekto sa mga tao sa iba't ibang yugto ng buhay. Sa ilang kaso, mabilis ang pag-unlad ng kondisyon. Ang mabilis na pagkasira na ito ay mas karaniwan sa mga nakatatandang babae at nagpapakita ng insidious, unti-unting sakit.

Kung mayroon kang posterior subluxation, kung saan ang bola ng shoulder joint ay dumudulas pabalik, maaaring mag-iba ang pattern ng sakit. Habang ang ilang anyo ng arthritis ay bumubuo ng eccentric pattern sa

loob ng isang dekada, ang iba ay nananatiling nakafix sa kanilang posisyon. Ang pag-unawa sa iyong partikular na uri ng arthritis ay tumutulong sa iyong surgeon na i-tailor ang paggamot.

Hindi ka nag-iisa sa karanasang ito. Ang mga estratehiya sa pamamahala ay patuloy na umuunlad kasabay ng mga pagpapabuti sa disenyo ng implant. Habang ang longevity ay nananatiling alalahanin para sa mas aktibong mga pasyente, maraming opsyon ang available upang bawasan ang iyong sakit at ibalik ang function. Ang iyong surgeon ay susuriin ang iyong partikular na mga sintomas at istruktura ng joint upang matukoy ang pinakamainam na landas para sa iyo.

Ano ang nangyayari talaga

Ang arthritis ng balikat ay isang karaniwang kondisyon na dulot ng pagkasira dahil sa paggamit. Ito ay nangyayari kapag ang makinis na patong sa mga dulo ng iyong mga buto, na tinatawag na kartilago, ay nagsimulang masira. Isipin ang kartilago bilang isang shock absorber. Kapag ito ay naging manipis, ang iyong mga buto ay magkaka-igihan. Ito ang nagdudulot ng sakit at stiffness.

Ang iyong joint ng balikat ay pinagkakaisa ng isang sleeve na tinatawag na joint capsule. Sa loob nito, ang iyong humerus (butok ng itaas na braso) ay nagtatagpo sa scapula (balikat na balikat). Sa isang malusog na balikat, ang mga ibabaw na ito ay dumudulas nang maayos. Sa arthritis, ang espasyo sa pagitan ng mga ito ay nagiging mas makitid. Ang mga buto ay maaaring magbago ng hugis. Makikita ng iyong surgeon ang mga pagbabagong ito sa mga scan.

Minsan, ang problema ay may kinalaman sa mga tendon na nagpapataas ng iyong braso. Ito ay ang mga rotator cuff muscles. Kung sila ay maputol, ang iyong balikat ay nawawalan ng likas na balanse. Ang iyong deltoid muscle (malaking kalamnan sa labas ng iyong balikat) ay kailangang gumana nang mas mabuti para galawin ang iyong braso. Ang kompensasyong ito ay tumutulong sa iyo na mapanatili ang ilang galaw, ngunit nagbabago ito ng paraan ng paggalaw ng iyong balikat.

Dinisenyo namin ang aming mga plano ng paggamot upang tugunan ang mga partikular na pagbabagong ito. Para sa ilang pasyente, palitan namin ang mga nasirang ibabaw ng mga artipisyal na bahagi. Ito ay tinatawag na joint replacement. Pinipili namin ang uri ng replacement batay sa kalusugan ng iyong mga tendon at hugis ng buto.

Kung ang iyong mga tendon ay buo, madalas namin ginagamit ang isang anatomic replacement. Ito ay hinahamon ang likas na hugis ng iyong joint. Kung ang iyong mga tendon ay nasira, maaari naming gamitin ang isang reverse replacement. Ito ay nagbabago ng geometry ng ball-and-socket. Umaasa ito sa iyong deltoid muscle para sa lakas imbes na sa mga putol na tendon.

Ang parehong mga pamamaraan ay naglalayong ibalik ang maayos na paggalaw. Binabawasan nito ang friction ng butok sa butok. Tumutulong ito sa pagpapagaan ng sakit at pagpapabuti ng function. Inaangkop namin ang hugis ng implant upang umangkop sa iyong natatanging anatomy. Ang aming layunin ay bigyan ka ng isang balikat na muling magagalaw nang komportable.

Ano ang maaari naming gawin dito

Sa aming klinika, pinapahalagahan ni Dr. Kieran Hirpara ang paggamot sa arthritis ng balikat ayon sa antas ng epekto nito sa iyong pang-araw-araw na buhay. Sinisimulan namin ang pinakamababang antas ng invasibong proseso. Para sa mild hanggang moderate na arthritis na dulot ng pagkasira ng kartilago, karaniwang unang hakbang ang non-surgical na paggamot. Binibigyan nito ng pagkakataon ang iyong balikat na magpahinga nang hindi nangangailangan ng operasyon.

Maaari kang magsimula sa pag-aadjust ng iyong mga gawain. Iwasan ang mabibigat na pagtaas ng kagamitan o mga galaw na nagdudulot ng matulis na sakit. Ang banayad na pag-igting at mga ehersisyo para sa pagpapalakas ng kalamnan ay tumutulong upang panatilihin ang kasukasan. Layunin ng pisyoterapiya na mapabuti ang iyong saklaw ng galaw at suportahan ang mga kalamnan sa paligid ng balikat. Karaniwang inirerekomenda namin na subukan ang paraang ito nang ilang linggo upang makita kung nababawasan ang iyong hindi komportableng pakiramdam.

Kung hindi sapat ang pagbabago sa mga gawain, maaari naming imungkahi ang medikal na pamamahala. Kasama rito ang mga gamot pang-alis ng sakit o anti-inflammatories upang pamahalaan ang pamamaga at sakit. Maaari rin naming mag-alok ng inyeksyon sa loob ng kasukasan ng balikat. Ang mga inyeksyon ng cortisone ay maaaring bawasan ang pamamaga at sakit sa loob ng isang panahon. Ang mga inyeksyon ng hyaluronic acid o platelet-rich plasma (PRP) ay iba pang mga opsyon na maaaring tumulong sa pagpapadulas ng kasukasan o suporta sa paggaling. Hindi nagpapagaling ang mga treatment na ito sa arthritis, ngunit maaari nitong magbigay ng ginhawa habang patuloy ka sa terapiya.

Ang operasyon ay isinasalang-alang kapag ang conservative na paggamot ay hindi nagbigay ng sapat na pag-unlad, o kung ang arthritis ay seryoso. Ang mga proseso tulad ng total shoulder replacement o reverse shoulder replacement ay maaaring ibalik ang function at alisin ang sakit. Ipinag-uusapan namin ang mga opsyong ito sa iyo lamang pagkatapos subukan ang mga non-surgical na paraan. Ang pagpili ng operasyon ay nakadepende sa kondisyon ng iyong rotator cuff at hugis ng iyong mga buto. Pinag-uusapan namin ang ebidensya nang sama-sama upang matiyak na nauunawaan mo ang mga benepisyo at panganib. Halimbawa, ang surface replacement arthroplasty ay nagbibigay ng magagandang long-term na resulta sa 81.6% ng mga pasyente na nasa ilalim ng 50 taong gulang. Ipinapakita namin ang bilang na ito nang direkta upang makagawa ka ng informed na pagpili. Ang iyong surgeon ang gabay sa iyo sa mga susunod na hakbang base sa iyong partikular na pangangailangan.

Ano ang inaasahan

Ang arthritis ng balikat ay isang karaniwang kondisyon na dulot ng pagkasira dahil sa paggamit. Karaniwang nagdudulot ito ng patuloy na sakit at stiffness na hindi nawawala nang mag-isa. Habang patuloy na umuunlad ang mga estratehiya sa pamamahala, ang hindi paggamot sa kondisyong ito ay madalas na nagdudulot ng patuloy na kahirapan at unti-unting pagkawala ng galaw.

Kapag pinamamahalaan sa pamamagitan ng surgery para sa pagpapalit ng kasukasan, ang karamihan sa mga pasyente ay nakakaranas ng malaking pagpapabuti sa sakit at kakayahan. Inaasahan mo ang isang maayos na paggaling sa loob ng ilang buwan. Ang mga datos sa klinika ay nagpapakita na madalas na nakakakita ang mga

pasyente ng makabuluhang pag-unlad sa kanilang mga araw-araw na gawain sa loob ng unang dalawang taon pagkatapos ng surgery. Gayunpaman, mahalagang malaman na ang lakas ay maaaring hindi ganap na bumalik sa normal na antas para sa lahat. Halimbawa, ang lakas ng subscapularis ay bumalik sa normal lamang sa isang maliit na bahagi ng mga pasyente sa markang dalawang taon.

Ang tibay ng implant ay nananatiling isang pangunahing isyu, lalo na kung ikaw ay aktibo. Ang tibay ng mga implant ng balikat ay isang alalahanin para sa mas aktibong mga pasyente. Ilang pag-aaral ang nagpapakita na isang substansyal na grupo ng mga pasyente ay maaaring makaranas ng patuloy na sakit o pagkasira ng buto pagkatapos ng sampung taon pagkatapos ng ilang uri ng pagpapalit.

Ang iyong surgeon ay talakayin ang pinakamainam na paraan para sa iyong partikular na anatomiya. Halimbawa, ang mga pasyente na may mga maliit na palatandaan ng arthritis ay may humigit-kumulang pito beses na mas mataas na pagkakataon na hindi makamit ang minimum na klinikal na mahalagang pagkakaiba pagkatapos ng anatomic total shoulder replacement kumpara sa mga may malubhang arthritis. Sa kabilang banda, ang reverse shoulder arthroplasty ay nagbibigay ng pinakamainam na mga resulta na may mababang rates ng komplikasyon sa maikling panahon para sa mga may intact na rotator cuff.

Layunin naming i-optimize ang iyong resulta sa pamamagitan ng pagpili ng angkop na procedure para sa iyong mga pangangailangan. Anuman ang iyong isasagawa, anatomic o reverse replacement, ang layunin ay sapat na pagpapagaan ng sakit at pagpapabuti ng kakayahan. Habang ang total shoulder arthroplasty ay hindi nagbigay ng klinikal na mahalagang kalamangan kumpara sa hemiarthroplasty sa ilang malawak na paghahambing, ang mga indibidwal na salik tulad ng pagkawala ng buto o integridad ng cuff ang nagbibigay-direksyon sa aming pagpili. Tutulungan ka namin na maunawaan kung ano ang realista para sa iyong katawan at istilo ng buhay.

Kailan pumunta sa doktor

Kumonsulta sa iyong doktor kung mayroon kang patuloy na sakit sa balikat na hindi gumagaling kahit magpahinga. Humingi ng pagsusuri sa espesyalista kung mararamdaman mo ang kahinaan, kawalan ng katatagan, o pakiramdam ng pagkakasara o pagbagsak ng balikat. Madalas na nakakaapekto ang mga sintomas na ito sa pagtulog o trabaho. Ang biglaang paglala ng sakit ay nangangailangan ng mabilisang pagtutugon. Karaniwan ang arthritis sa balikat, at ang pagtaas ng edad ang pangunahing sanhi ng sakit at mga pagbabago sa imahe ng X-ray. Kung bata ka at aktibo, nananatiling isyu ang tibay ng implant, kaya ang maagang pagsusuri ay tumutulong sa pamamahala ng inaasahan. Maaaring mangyari ang mabilis na nakakasira na arthritis sa mga matatandang babae na may tahimik na sakit. Dapat isaalang-alang ang gouty o carcinomatous arthritis kung ang mga sintomas ay hindi karaniwan o kung ang mga X-ray ay nagpapakita ng mga nakakasirang proseso. Ang maagang pagdiagnosis ay tinitiyak na makakatanggap ka ng pinaka-angkop na paggamot para sa iyong partikular na kondisyon.