

Mga Bali ng Buto sa Pulso Maliban sa Scaphoid

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

Ang iyong nararamdaman

Ang mga pinsalang ito ay karaniwang nangyayari sa pagkahulog nang nakaunat ang kamay, sa direktang tama sa pulso, o sa biglaang mabigat na puwersang dumaan sa kamay. Ang ilang tao ay nakakaramdam o nakakarinig ng lagutok o click sa mismong sandali ng pinsala. Ang mga impact na may mataas na enerhiya, gaya ng pagkahulog mula sa mataas na lugar o aksidente sa kalsada, ay maaaring sabay na makabali ng higit sa isa sa maliliit na buto ng pulso.

Kaagad na sumasakit ang pulso. Karaniwang may pamamaga at pasa sa paligid ng napinsalang bahagi. Ang sakit ay kadalasang nasa iisang lugar na kaya mong ituro, at ang pagdiin sa lugar na iyon ang pinakamaasahang palatandaan na may mali. Lumalala ito kapag iginagalaw ang pulso, humahawak nang mahigpit, o nagtutulak gamit ang kamay. Kung mas malala ang pinsala, maaaring halatang wala sa hugis ang pulso, at maaaring ayaw mo nang gamitin ang kamay.

Sa mga unang araw hanggang linggo, madalas ay naroon ang sakit kahit nagpapahinga at maaari ka nitong gisingin sa gabi. Masakit ang mga pang-araw-araw na gawaing nagpapabigat sa pulso, gaya ng pagtulak pataas mula sa upuan, pagbubuhat ng mga pinamili, o pagpihit ng hawakan ng pinto. Karaniwang unti-unting humuhupa ang sakit habang humihilom ang buto, bagaman maaari itong manatiling masakit kapag humahawak nang mahigpit o pumipihit sa loob ng ilang panahon.

Isang bagay na dapat mong malaman: madaling hindi mapansin ang mga baling ito. Hindi karaniwan ang mga ito, at nagpapatong-patong ang maliliit na buto sa simpleng x-ray, kaya hindi laging naaalis ng normal na x-ray ang posibilidad ng bali. Ang ilan sa mga baling ito, gaya ng sa trapezium o trapezoid, ay mahirap talagang makita sa karaniwang mga larawan. Kung masakit pa rin ang iyong pulso pagkatapos ng pinsala, maaaring magayos ang iyong surgeon ng scan gaya ng MRI o CT upang masuri ito nang mas mabuti.

May ilang babalang palatandaan na nangangailangan ng agarang pangangalaga. Pumunta sa emergency department sa mismong araw na iyon kung ang iyong kamay o braso ay naging mainit, pula, namamaga at masakit, lalo na kung may kasamang lagnat, o kung ang mga daliri o kamay ay namutla, lumamig, pumuti o naging kulay asul, o kung bigla kang nawalan ng pakiramdam o paggalaw pagkatapos ng pinsala. Kung hindi

humuhupa ang mga sintomas, lumalala sa loob ng ilang linggo, ginigising ka sa gabi, o pinipigilan kang magtrabaho o gamitin ang kamay, magpatingin sa iyong GP o humiling ng pagsusuri ng espesyalista.

Ano ang aktwal na nangyayari

Ang iyong pulso ay hindi iisang kasukasan. Ito ay maliit na kumpol ng walong buto na nasa dalawang hanay sa pagitan ng iyong bisig at iyong kamay. Ang mga buto sa bawat hanay ay pinagbubuklod ng matitibay na strap ng tissue na tinatawag na ligament, at gumagalaw ang buong kumpol bilang magkakaugnay na sistema kapag ibinabaluktot, itinutuwid o pinipihit mo ang iyong pulso. Kapag nabali ang isa sa mga butong ito, o napunit ang mga ligament na humahawak sa mga hanay, hindi na maayos na gumagana ang magkakaugnay na sistemang iyon. Nawawala ang normal na ritmo ng pulso, kaya masakit kapag binibigatan ito at mahina o hindi maaasahan ang pakiramdam ng paghawak.

Karamihan sa mga baling ito ay nangyayari sa pagkahulog nang nakaunat ang kamay. Dumadaloy ang puwersa pababa sa kamay papunta sa iisang maliit na buto, at nabibitak ang butong iyon. Kung minsan ay napupunit ng puwersa ang mga ligament sa halip na mabali ang buto, o bukod pa sa pagkabali nito. Ang triquetrum, sa panig ng hinliliit ng pulso, ang pinakamadalas mabali. Ang iba pa, ang lunate, capitate, trapezium, trapezoid at pisiform, ay mas bihirang mabali.

Isipin ang pulso na parang patong-patong na building block na pinagbubuklod ng mga goma. Kung nabitak ang isang block ngunit nanatili sa puwesto, kaya pa ring pasanin ng patong-patong ang bigat habang nagdudugtong ang bitak. Ganito humihilom ang buto: tinutubuan ng bagong buto ng dalawang gilid ang puwang, at dahan-dahan itong tumitibay sa loob ng mga linggo. Ngunit kung lumihis sa linya ang isang block, o napunit ang mga gomang humahawak sa patong-patong, hindi na nito kayang ihanay ang sarili. Maaaring dumulas ang mga buto sa mga paraang hindi kailanman nakadiseno para sa kanila, at iyan ang nagdudulot ng pangmatagalang problema kung hindi ito maitatama.

Ito ang dahilan kung bakit mahalaga ang pattern ng bali. Ang malinis na bali na hindi lumipat sa puwesto ay kadalasang humuhupa sa cast habang humihilom. Ang baling lumipat sa puwesto, o may kasamang napunit na mga ligament, ay maaaring mangailangan ng operasyon upang mapanatiling nakapirmi ang mga piraso habang nagdudugtong ang mga ito. Mahalaga rin na makuha nang maaga ang buong larawan, dahil ang ilan sa mga pinsalang ito ay madaling hindi mapansin sa simula at nagdudulot ng mas maraming problema sa kalaunan kung hindi magagamot.

Ano ang maaari naming gawin tungkol dito

Si Dr Kieran Hirpara, isang upper-limb surgeon sa Mater Private Hospital Rockhampton, ay iniaangkop ang gamutan sa iyong partikular na pinsala. Ang ilan sa mga baling ito ay humihilom nang walang operasyon, at ang iba ay nangangailangan ng operasyon di-katagalan pagkatapos ng pinsala, kaya mahalaga ang mabilis na pagsusuri. Ang mga pasyente ay karaniwang nirerefer sa aming klinika ng kanilang GP; kung iminungkahi ng isang physiotherapist na magpatingin ka sa amin, kakailanganin mo pa rin ng referral mula sa iyong GP upang maging eligible para sa Medicare rebate. Sa klinika, kumukuha kami ng history, sinusuri ang iyong pulso, at

nag-aayos ng imaging kung kinakailangan upang matukoy kung aling buto ang nabali at kung lumipat ito sa puwesto.

Kung stable ang bali at hindi lumipat sa puwesto ang mga piraso, karaniwan naming ginagamot ito nang walang operasyon. Ibig sabihin nito ay splint o cast upang mapanatiling nakapirmi ang pulso habang nagdudugtong ang buto, kadalasang humigit-kumulang 4 na linggo para sa ilan sa mga pinsalang ito. Maaari naming suriin ang paghilom gamit ang muling imaging habang nagpapagaling. Habang kinakaya, sisimulan mo ang banayad na pag-unat at paggalaw upang hindi manigas ang pulso. Isang hand therapist ang gumagabay sa paunti-unting pagbabalik na ito sa paggalaw at gumagawa ng anumang splint na kailangan mo.

Inirerekomenda ang operasyon mula pa sa simula kapag lumipat sa puwesto ang mga nabaling piraso, kapag unstable ang mga buto o ligament ng pulso, o kapag ang pattern ng pinsala ay nangangailangang mahawakan nang eksakto ang mga buto habang humihilom. Ang mga pinsalang may mataas na enerhiya na nakababali ng ilang buto o nakapupunit ng mga ligament ay kadalasang kabilang sa grupong ito. Ang layunin ay ibalik sa linya ang mga buto at panatilihin nakapirmi ang mga ito upang humilom sa tamang posisyon. Kung minsan ay may tunay na pagpipilian: maaaring humilom ang bali sa cast, ngunit maaaring hindi angkop sa iyong trabaho o sport ang sakit o ang huling posisyon ng buto, at pag-uusapan namin iyon kasama ka.

Anumang landas ang piliin mo, ang mga unang linggo ay tungkol sa ginhawa at proteksyon. Pinananatili kang komportable ng gamot sa sakit habang humuhupa ang pamamaga. Sumusunod ka sa splint o cast at sa plano hanggang makumpirma namin sa x-ray na humilom na ang buto, kahit magsimulang gumaan ang pakiramdam ng pulso bago niyon. Ang hand therapy sa tamang yugto ay nakakatulong sa iyong mabawi ang galaw at lakas nang hindi masyadong maagang binibigatan ang pinsala.

Ano ang dapat asahan

Sinusukat ang paghilom sa mga linggo at buwan, hindi sa mga araw. Para sa ilan sa mga baling ito, maaaring gumaan ang pakiramdam ng pulso at maayos itong gumana matagal bago pa ipakita ng x-ray na tuluyan nang nagdugtong ang buto. Sumunod sa splint o cast at sa plano hanggang makumpirma namin sa x-ray na humilom na ang buto, kahit maayos na ang pakiramdam ng iyong pulso.

Kung humihilom ang iyong bali sa cast o splint, karaniwang nagdudugtong ang buto sa loob ng ilang linggo. Sa isang naiulat na kaso ng sabay na bali ng scaphoid at trapezium, nagdugtong ang mga buto pagkalipas ng anim na linggo, at pagsapit ng labing-anim na linggo ay buo na ang galaw ng pulso at hinlalaki at normal na ang lakas ng paghawak. Habang lumilipas ang mga linggo, unang humuhupa ang sakit, pagkatapos ay bumabalik ang galaw at lakas sa tulong ng hand therapy. Karamihan sa mga tao ay nakababalik sa mga pang-araw-araw na gawain habang kinakaya, at ang mas mabibigat na trabaho o sport ay sa kalaunan na kapag matibay na ang buto.

Kung ooperahan ka, kailangan pa rin ng buto ng panahon upang magdugtong, ngunit nakapirmi ang mga piraso habang nagdudugtong ang mga ito. Umaabot ng mga buwan ang paggaling. Sa isang kaso ng pinagsamang bali ng scaphoid at lunate, humilom ang parehong buto at napanatili ang galaw ng pulso at lakas ng paghawak 10 buwan pagkatapos ng operasyon. Ang isa pang masalimuot na pinsala sa paligid ng ilang buto ng pulso ay nag-iwan ng katamtamang resulta, na may score na 75 sa 100 sa isang sukatan ng paggana ng pulso pagkalipas ng apat na taon, samantalang ang katulad na pinsala ay may score na 85 sa 100 pagkalipas ng

dalawang taon. Ang bali ng trapezoid na ginamot nang walang operasyon ay nag-iwan sa pasyente na walang sakit at buo ang galaw ng pulso pagsapit ng 12 buwan.

Karamihan sa mga nag-iisang bali na tulad nito ay maayos na humihilom. Kabilang sa maaaring magkamali ang hindi pagdugtong ng buto, pagdugtong nito sa hindi magandang posisyon, o paninigas ng pulso sa kalaunan. Tumataas ang mga panganib na ito kapag sabay na napinsala ang ilang buto o ligament, kaya ang pattern ng iyong bali ang humuhubog sa plano. Kung hindi napansin ang bali o naantala ang gamutan, maaaring hindi humilom ang buto, mawalan ito ng suplay ng dugo, o maaaring maging unstable ang mga buto ng pulso. Iyan ang dahilan kung bakit sinusuri namin ang paghilom habang nagpapagaling at hinihiling naming bumalik ka kung hindi humuhupa ang mga sintomas, lumalala sa loob ng ilang linggo, ginigising ka sa gabi, o pinipigilan kang magtrabaho o gamitin ang kamay.

Kailan dapat magpatingin

Humingi kaagad ng medikal na atensyon kung halatang wala sa hugis ang iyong pulso, kung may sugat sa balat sa ibabaw ng pinsala, o kung bigla kang nawalan ng pakiramdam o paggalaw sa iyong kamay pagkatapos ng pinsala. Ang mga pinsalang ito ay maaari ding may kasamang problema sa nerve o daluyan ng dugo, kaya ang pamamanhid, pangingilig, o kamay na namutla o lumamig ay nangangailangan ng pagsusuri sa mismong araw na iyon.

Magpatingin sa iyong GP o humiling ng pagsusuri ng espesyalista kung hindi humuhupa ang sakit, o kung ang pamamaga, galaw o lakas ng paghawak ay hindi bumubuti linggo-linggo habang humihilom ang buto. Dahil madaling hindi mapansin ang mga baling ito sa unang x-ray, ang pulsong nananatiling masakit pagkatapos ng pinsala ay nararapat suriin nang mas mabuti. Kayang matuklasan ng maagang mga scan ang hindi nakikita sa simpleng mga larawan, at nakakatulong ang mabilis na pagsusuri upang maiwasan ang mabagal na paghilom at mga problema sa pagiging unstable na kaakibat ng naantalang diagnosis.