

புடோனியர் விலகல்

புடோனியர் விலகல்: நடுவிரல் மூட்டு வளைந்த நிலையிலேயே இருக்கும் மற்றும் விரல் முனை பின்னோக்கி சாய்ந்திருக்கும்.

Kieran Hirpara © ① ② ③ ④ 4.0



இயந்திர மொழிபெயர்ப்பு — தாய்மொழி தமிழ் மதிப்பாய்வாளர் அவர்களால் சரிபார்க்கப்பட்டது.

நீங்கள் உணரும் அறிகுறிகள்

உங்கள் நடுவிரலின் இடுப்பு மூட்டு உள்ளோக்கி வளைவதையும், முனை மூட்டு வெளிநோக்கி நீண்டிருப்பதையும் நீங்கள் கவனிக்கலாம். இந்த வடிவ மாற்றம் பட்டன்னியேர் விலகல் (boutonniere deformity) என்று அழைக்கப்படுகிறது. இது விரலின் மேற்பகுதியில் உள்ள tendons (தசைநார்கள்) தங்கள் இடத்தை விட்டு நழுவும்போது ஏற்படுகிறது. விரல் கையுடன் இணையும் அடிப்பகுதியில் வலியை நீங்கள் உணரலாம். வலி விரலின் நடு மூட்டிலும் இருக்கலாம்.

தினசரி பணிகளைச் செய்வது கடினமாக இருக்கலாம். பின்னால் சென்று ப்ராவை அணைப்பது கடினமாக இருக்கலாம். சட்டையை உள்ளிடுவது அசெளகரியமாக அல்லது வலியாக உணரலாம். முழுமையான பிடியை (fist) செய்வதில் சிரமம் ஏற்படலாம். எளிய பிடிக்கும் செயல்கள் அசெளகரியத்தை ஏற்படுத்தலாம். மெதுவான நெகிழ்வு பயிற்சிகள் அல்லது ஓய்வு எடுத்தாலும் கூட, இந்த விலகல் தொடர்ந்து இருக்கலாம்.

அறிகுறிகள் செயல்பாட்டிற்குப் பிறகு மோசமடையலாம். காலை எழுந்த உடனே கடுமையை நீங்கள் உணரலாம். இரவு நேர வலி சாத்தியம் உள்ளது, குறிப்பாக நீங்கள் பக்கவாட்டில் உறங்கினால். கையில் அழுத்தம் காயமடைந்த tendons-ஐத் தூண்டலாம். நீங்கள் ருமட்டாய்டு ஆர்த்ரிடிஸ் (rheumatoid arthritis) கொண்டிருந்தால், நேரத்துடன் நிலைமை வேறுபட்ட பாதையில் செல்லலாம். ஆர்த்ரிடிஸ் அல்லது காயம் இல்லாமல், சுமார் 13% மக்களில் இந்த பிரச்சினை ஏற்படுகிறது.

நீங்கள் எதை அனுபவிக்கிறீர்கள் என்பதைத் தெளிவாக அறிவது முக்கியம். உண்மையான பட்டன்னியேர் விலகல், பியூடோபட்டன்னியேர் (pseudoboutonniere) என்று அழைக்கப்படும் ஒத்த காயத்தை விட வேறுபட்டதாகத் தெரியும். சரியான சிகிச்சையைத் தேர்ந்தெடுக்க, உங்கள் சர்ஜன் இவற்றை வேறுபடுத்த வேண்டும். உங்கள் குறிப்பிட்ட அறிகுறிகளைப்

புரிந்துகொள்வது சிகிச்சையைத் திட்டமிட உதவுகிறது. உங்கள் கையின் செயல்பாடு மற்றும் வசதியை மீட்டெடுக்க நாங்கள் விரும்புகிறோம்.

உங்களுக்கு சுவான் நெக் விலகல் (swan neck deformity) இருந்தால், விரலின் முனை நேரத்துடன் மேலும் கீழே வளையலாம். இந்த முன்னேற்றம் படிப்படியாக நடக்கலாம். உங்கள் அறிகுறிகளை ஆரம்பத்தில் புரிந்துகொள்வது சிறந்த முடிவுகளைத் தரும். உங்கள் கையைக் கவனமாக ஆய்வு செய்வோம். உங்கள் மூட்டுகள் எவ்வாறு நகர்கின்றன மற்றும் வலி எங்கே உள்ளது என்பதை நாங்கள் பார்க்கிறோம். இது நீங்கள் ஸ்ப்ளாண்டிங் (splinting) அல்லது பிற சிகிச்சைகளைத் தேவைப்படுகிறீர்களா என்பதைத் தீர்மானிக்க உதவுகிறது.

உண்மையில் என்ன நடக்கிறது

உங்கள் விரலில் வளைவதையும் நேராகவும் செய்வதற்கு உதவும் கயிறுகளைப் போன்ற சிக்கலான தசைநாண் அமைப்பு உள்ளது. உங்கள் விரலின் நடு மூட்டுவில் மையச் சிப் (central slip) என்று அழைக்கப்படும் ஒரு குறிப்பிட்ட தசைநாண் உள்ளது. இந்த தசைநாண் மூட்டுக்கு மேலே அமைந்துள்ளது மற்றும் உங்கள் விரலை நேராக இழுக்க உதவுகிறது. இந்த தசைநாண் காயமடைந்தால் அல்லது வீக்கம் ஏற்பட்டால், அது கிழியலாம் அல்லது நீளலாம்.

மையச் சிப் தோல்வியடைந்தால், உங்கள் விரலில் உள்ள விசைகளின் சமநிலை மாறுகிறது. உங்கள் விரலின் பக்கங்களில் உள்ள தசைநாண்கள் மிக அதிகமாக இழுக்கப்படுவதால், நடு மூட்டு உள்ளே வளைகிறது. அதே நேரத்தில், உங்கள் விரலின் முனை வெளியே வளைகிறது. இது உங்கள் விரலில் ஒரு தெரியக்கூடிய வளைவை உருவாக்குகிறது, இதை நாம் பூடோனியர் விலகல் (Boutonnière deformity) என்று அழைக்கிறோம். இந்த பிரச்சனையில் மிக முக்கியமான காரணி, இந்த தசைநாண்கள் மற்றும் தொடர்புடைய அமைப்புகளில், குறிப்பாக ஆரம்ப கட்டங்களில் நடக்கும் மாற்றங்களாகும்.

இந்த நிலை நேரடி காயத்திற்குப் பிறகு, ஒரு வெட்டு அல்லது அழுத்தம் போன்றவை ஏற்படலாம். இது இயற்கையாகவும் ஏற்படலாம், குறிப்பாக வீக்கம் மூட்டை அழிக்கும் ருமாட்டாய்டு ஆர்தரைடிஸ் உள்ளவர்களில். சில சந்தர்ப்பங்களில், தெளிவான காயம் அல்லது ஆர்தரைடிஸ் இல்லாமலும் இது தோன்றலாம், அந்த நிலைகளில் சுமார் 13% மக்களைப் பாதிக்கலாம். சிகிச்சையின் முக்கிய நோக்கம் மூட்டை சரியான நிலையில் வைத்திருப்பது, நிலைத்தன்மையை மீட்டெடுப்பது மற்றும் மீண்டும் அதை இயக்க அனுமதிப்பதாகும்.

உங்களுக்கு இந்த விலகல் இருந்தால், உங்கள் விரலை முழுமையாக நேராகச் செய்ய கடினமாக இருக்கலாம். ஸ்ப்ளின்ட்ஸ் அல்லது கஸ்டிங் போன்ற சிகிச்சைகள் உங்கள் இயக்க வரம்பை ஒரு அல்லது இரண்டு நிலைகளில் மேம்படுத்த உதவலாம். இருப்பினும், அர்ப்பணிப்புடன் கூடிய கட்டுப்பாட்டு மேலாண்மைக்குப் பிறகும் விலகல் தொடரலாம். எனவே துல்லியமான கண்டறிதல் மிக முக்கியமானது. நிர்வாகம் வேறுபடுவதால், உண்மையான பூடோனியர் விலகலைப் ப்ஸூடோபூடோனியர் (pseudoboutonnière) போன்ற ஒத்த பிரச்சனையிலிருந்து நாம் வேறுபடுத்த வேண்டும். இந்த இயந்திரவியலைப் புரிந்துகொள்வது மீட்புக்கான சரியான பாதையைத் தேர்ந்தெடுக்க உதவுகிறது.

இதற்கு என்ன செய்ய முடியும்

ராக்ஹாம்ப்டனில் உள்ள மேட்டர் தனியார் மருத்துவமனையில் ஒரு மேல்-உறுப்பு சிறப்பு மருத்துவரான டாக்டர் கியரன் ஹிர்பாரா, நம் மருத்துவமனையில் உங்கள் விரலின் வளைவுக்குக் காரணமான குறிப்பிட்ட பிரச்சனையுடன் சிகிச்சையை பொருத்தி அமைப்பதில் கவனம் செலுத்துகிறார். உங்களுக்கு உண்மையான புடோனியர் வளைவு (boutonniere deformity) அல்லது பியூடோபுடோனியர் காயம் (pseudoboutonniere injury) என்று அழைக்கப்படும் ஒத்த பிரச்சனை உள்ளதா என்பதை முதலில் தீர்மானிக்க வேண்டும். இந்த வேறுபாடு உங்கள் சிகிச்சையை எவ்வாறு மேற்கொள்வது என்பதை மாற்றுகிறது என்பதால் இது மிக முக்கியமானது. பிரச்சனையின் அமைப்பு மற்றும் நிலையை புரிந்து கொள்ள, வரலாறு, சோதனை மற்றும் தேவைப்பட்டால் படம்பிடிப்பு ஆகியவற்றை உள்ளடக்கிய முழுமையான மதிப்பீட்டை நாங்கள் தொடங்குகிறோம்.

பல நோயாளிகளுக்கு, நாங்கள் செயலற்ற சிகிச்சையுடன் தொடங்குகிறோம். இதில் விரலை நேராக வைக்க உதவும் தொடர்ச்சியான கட்டுப்போடும் முறை (serial casting) அடங்கும், அதைத் தொடர்ந்து மூன்று மாதங்களுக்கு ஒரு சிறப்பு விரல் வளைவு ஆர்த்தோடிக் (relative motion flexion orthotic) பயன்படுத்த வேண்டும். இந்த சிறப்பு விரல் வளைவு உங்கள் விரலை நகர்த்த அனுமதிக்கிறது, ஆனால் குணமடையும் திசுக்களை பாதுகாக்கிறது. மருத்துவ உடற்பயிற்சி உங்கள் இயக்க வரம்பை மேம்படுத்துவதையும், கடினத்தன்மையை குறைப்பதையும் நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது. இந்த அர்ப்பணிப்பு சிகிச்சையுடன் இயக்கத்தில் ஒரு முதல் அல்லது இரண்டு நிலைகளில் மேம்பாட்டை எதிர்பார்க்கலாம். இருப்பினும், இந்த சிகிச்சைக்குப் பிறகும் வளைவு தொடரலாம் என்பதை கவனத்தில் கொள்ளவும். வலி ஒரு குறிப்பிடத்தக்க பிரச்சனையாக இருந்தால், வலி மருந்துகள் அல்லது எதிர்ப்பு அழற்சி விருப்பங்களை நாங்கள் விவாதிக்கலாம். சில சந்தர்ப்பங்களில், அழற்சியை குறைக்க மற்றும் நிவாரணம் அளிக்க ஸ்டீராாய்டு அல்லது ஹையலுரோனிக் அமிலம் போன்ற செலுத்து மருந்துகள் பயன்படுத்தப்படுகின்றன, இருப்பினும் அதன் தாக்கத்தின் காலம் நபருக்கு நபர் மாறுபடும்.

சிகிச்சை போதுமான மேம்பாட்டைத் தரவில்லை அல்லது பிரச்சனை கட்டமைப்பு மற்றும் கடுமையானதாக இருந்தால், அறுவை சிகிச்சை கருதப்படுகிறது. மென்மையான திசுக்கள் அல்லது தசைநாண்கள் நிலையாக மாறிவிட்டன என்பதற்கான அறிகுறிகளை நாங்கள் தேடுகிறோம். அறுவை சிகிச்சை பரிந்துரைக்கப்பட்டால், அது உங்கள் இலக்குகள் மற்றும் உங்கள் வளைவின் குறிப்பிட்ட நிலையை அடிப்படையாகக் கொண்ட ஒரு பகிர்ந்த முடிவாகும். நெடிய காலமாக உள்ள வழக்குகளில், தசைநாண் மாற்று அறுவை சிகிச்சைகள் அமைப்பை சரிசெய்யலாம். நீண்ட கால மென்மையான திசு மறுசீரமைப்பு முடிவுகள் நம்பகத்தன்மையற்றதாக இருக்கும் ருமாட்டாய்டு ஆர்த்தரைட்டிஸ், வளைவு திரும்பி வந்தால், நாங்கள் மீட்பு அறுவை சிகிச்சைகளை விவாதிக்கலாம். இயக்கத்தை மீட்டமைப்பதையும், வளைவை திறம்பட சரிசெய்வதையும் நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளோம். தொடங்குவதற்கு முன், எதிர்பார்க்கப்படும் முடிவுகளை நீங்கள் புரிந்து கொள்வதை நாங்கள் உறுதி செய்கிறோம்.

எதிர்பார்க்க வேண்டியவை

உங்கள் எதிர்காலம் நீங்கள் விலகலைக் கொண்டிருந்த கால அளவைப் பொறுத்தும், அது ருமாட்டாய்டு ஆர்த்ரைடிஸ் (கைகள் மற்றும் மூட்டுக்களில் வீக்கம் ஏற்படுத்தும் நோய்) உடன் தொடர்புடையதா என்பதைப் பொறுத்தும் அமையும். பல சந்தர்ப்பங்களில், இந்த நிலை தானாகவே சரி செய்யாது. நோய் எதிர்ப்பு சிகிச்சை மூலம் இயக்க வரம்பில் ஒரு அல்லது இரண்டு நிலைகளில் மேம்பாடு அடைய முடியும், இருப்பினும் அர்ப்பணிப்புடன் மேற்கொள்ளப்பட்ட கட்டுப்பாட்டு மேலாண்மைக்குப் பிறகும் விலகல் தொடரலாம்.

உங்கள் வழக்கு பழமையானதாக இருந்தால், அறுவை சிகிச்சையைக் கருத்தில் கொள்வதற்கு முன் போதுமான நீட்சிக்கான தொடர்ச்சியான கட்டுப்பாடு (serial casting) மற்றும் அதைத் தொடர்ந்து 3 மாதங்கள் தொடர்புடைய வளைவு ஆர்த்தோடிக் பயன்பாடு ஆகியவற்றை நாங்கள் முயற்சிப்போம். இந்த அணுகுமுறை மற்ற முறைகளுக்கு ஒத்த முடிவுகளைத் தரும் மற்றும் அறுவை சிகிச்சைக்கு முன் முயற்சிக்கப்பட வேண்டும். இந்த காலகட்டத்தில் உங்கள் விரல் மூட்டுக்களில் அதிக இயக்கத்தை நீங்கள் உணரலாம். இருப்பினும், ருமாட்டாய்டு ஆர்த்ரைடிஸில் விலகலின் இயற்கையான வரலாறு பெரும்பாலும் கணிப்பிட முடியாதது. ருமாட்டாய்டு ஆர்த்ரைடிஸில் புடோனியர் விலகலுக்கான மென்மை திசு மறுசீரமைப்புக்குப் பிறகு நீண்ட கால முடிவுகள் நம்பகத்தன்மை இல்லாதவை. மீண்டும் வரும் அல்லது தொடரும் விலகல் ஒரு காப்பாற்று நடவடிக்கை மூலம் சிறப்பாக சிகிச்சையளிக்கப்படுகிறது.

அறுவை சிகிச்சை தேவைப்படும் அவர்களுக்கு, வெற்றிகரமான அறுவை சிகிச்சை முடிவு முழுமையான அறுவை சிகிச்சைக்கு முந்தைய பரிசோதனை, விலகலின் சரியான கட்டமைப்பு மற்றும் சிகிச்சையின் சரியான நேரத்தைப் பொறுத்தது. அனைத்து விலகல்களுக்கும் நாங்கள் ஒரே தொழில்நுட்பத்தைப் பயன்படுத்துவதில்லை. தலையிடும் முன் உண்மையான காரணத்தை நாங்கள் தீர்மானிக்கிறோம். உதாரணமாக, Y-வடிவ தசைநார் ஊசி (Y-shaped tendon graft) என்பது பழமையான புடோனியர் விலகலைச் சரிசெய்ய பயனுள்ள ஒரு செயல்முறையாகும், இது ஒரு அறிவிக்கப்பட்ட தொடரில் 18 நோயாளிகளில் 16 பேருக்கு நல்ல அல்லது சிறந்த முடிவுகளைத் தருகிறது.

சரியான புடோனியர் விலகலைப் புடோனியர் அல்லாத காயத்திலிருந்து வேறுபடுத்துவது கிளினிக்கல் மேலாண்மையைத் தீர்மானிப்பதில் முக்கியமானது என்பதை நீங்கள் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். ருமாட்டாய்டு ஆர்த்ரைடிஸ் அல்லது காயம் இல்லாமல் புடோனியர் விலகலின் பரவல் தோராயமாக 13% ஆகும். இதன் பொருள் பெரும்பாலான வழக்குகள் மற்ற காரணங்களுடன் தொடர்புடையவை என்பதாகும். உங்கள் மருத்துவர் இந்த வேறுபாடுகள் மூலம் உங்களை வழிநடத்துவார்.

மீட்பு என்பது ஒரு செயல்முறை, உடனடி தீர்வு அல்ல. ஆரம்பத்தில் கடினத்தன்மை அல்லது வரையறுக்கப்பட்ட இயக்கத்தை நீங்கள் அனுபவிக்கலாம். சரியான கட்டமைப்பு மற்றும் நேரத்துடன், பல நோயாளிகள் பொருத்தமான மேம்பாடுகளைக் காண்கிறார்கள். கட்டுப்பாட்டு நடவடிக்கைகள் தோல்வியடைந்தால், அறுவை சிகிச்சை சரிசெய்ய ஒரு பாதையை வழங்குகிறது. நிலைத்தன்மை மற்றும் செயல்பாட்டை நாங்கள் நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளோம். வாரங்கள் அல்லது மாதங்களில் தினசரி செயல்பாடுகளுக்கு ஒரு படிப்படியான திரும்புதலை நீங்கள் எதிர்பார்க்க வேண்டும். சிகிச்சை மற்றும் ஆர்த்தோடிக்

பயன்பாட்டிற்கான உங்கள் அர்ப்பணிப்பு உங்கள் இறுதி முடிவில் ஒரு பெரிய பங்கை வகிக்கிறது.

யாரிடம் செல்ல வேண்டும்

உங்கள் விரலின் நடு மூட்டு நிலையாக வளைந்து நேராமல் இருந்தால் உங்கள் பொது மருத்துவரை (GP) பார்க்கவும். ஓய்வு எடுத்தாலும் வலி குறையவில்லை அல்லது விரல் பலவீனமாகவோ அல்லது நிலையற்றதாகவோ உணர்ந்தால் நிபுணர் மறுஆலோசனை பெறவும். இயக்கத்தின் போது மூட்டு பூட்டுவது அல்லது திடீரென வளைவது போன்ற அறிகுறிகளைக் கவனியுங்கள். அறிகுறிகள் உங்கள் தூக்கத்தையோ அல்லது வேலையையோ பாதித்தால், அல்லது திடீரென நிலைமை மோசமடைந்தால் காத்திருக்க வேண்டாம். உண்மையான புடோனியேர் விலகலை (boutonnière deformity) பொய் புடோனியேர் காயத்திலிருந்து (pseudoboutonnière injury) வேறுபடுத்துவது உங்கள் சிகிச்சையை எவ்வாறு மேற்கொள்வது என்பதை மாற்றுகிறது என்பதால் துல்லியமான நோயறிதல் மிக முக்கியம். உங்கள் குறிப்பிட்ட காயத்திற்கான சரியான சிகிச்சை வழியைத் தீர்மானிக்க ஆரோக்கிய மதிப்பீடு உதவுகிறது.