

# கையைப் பாதிக்கும் மருத்துவ நிலைகள்

ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தை நோக்கிய ஒரு சாளரமாகக் கை இருக்க முடியும் — உடல் முழுவதையும் பாதிக்கும் பல நோய்கள் அங்கே வெளிப்படுகின்றன, சில சமயங்களில் முதலிலேயே.

Kieran Hirpara © ① ② ③ ④ 4.0



இந்தப் பக்கம் இயந்திரத்தால் மொழிபெயர்க்கப்பட்டது; இன்னும் மருத்துவரால் சரிபார்க்கப்படவில்லை.  
**ஆங்கிலப் பதிப்பே அதிகாரப்பூர்வமானது.**

உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தை நோக்கி உங்கள் உடல் வைத்திருக்கும் சிறந்த சாளரங்களுள் ஒன்று கை. சிறிய மூட்டுகள், நரம்புகள், தசைநாண்கள், நுண்ணிய இரத்த நாளங்கள், தோல், நகங்கள் ஆகியவை கையில் அடர்த்தியாக நிறைந்திருப்பதால் (அனைத்தும் மேற்பரப்புக்கு அருகில், எளிதில் பரிசோதிக்கக்கூடியவை), உடல் முழுவதையும் பாதிக்கும் ஏராளமான நோய்கள் தங்கள் முதல் தடயங்களை அங்கேயே விட்டுச் செல்கின்றன. சில சமயங்களில் ஒரு கைப் பிரச்சினை முற்றிலும் அந்த இடத்தைச் சார்ந்த பிரச்சினையாகவே இருக்கும். ஆனால் சில சமயங்களில் அதே அறிகுறியே (விறைப்பு, கூச்ச உணர்வு, நிற மாற்றம், வித்தியாசமாகத் தெரியும் ஒரு நகம்) உடலின் வேறு எங்கோ நடக்கும் ஒன்றின் மிக ஆரம்பகட்டத் தெரியும் அறிகுறியாக இருக்கும்; அது தெரிந்துகொள்ளத் தக்கது, பெரும்பாலும் நன்கு சிகிச்சையளிக்கக்கூடியதும் கூட.

கையில் வெளிப்படும் முக்கிய மருத்துவ நிலைகளை எளிய மொழியில் சுற்றிக் காட்டும் பக்கம் இது. நீங்களே உங்களுக்கு நோய் கண்டறிந்துகொள்வதற்கான சரிபார்ப்புப் பட்டியல் அல்ல இது; பெரும்பாலான வலிகளும் விறைப்பான விரல்களும் சாதாரணத் தேய்மானமே. ஆனால், நீங்கள் கையைப் பற்றி வந்திருந்தாலும் கூட, உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் ஏன் உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தைப் பற்றிக் கேட்கிறார், உங்கள் நகங்களையும் தோலையும் ஏன் உற்றுப் பார்க்கிறார், அல்லது ஏன் ஓர் இரத்தப் பரிசோதனையையோ வேறொரு மருத்துவரிடம் பரிந்துரையையோ பரிந்துரைக்கிறார் என்பதை இது விளக்குகிறது.

# நீரிழிவு நோய் — கையில் பல வேடம் போடும் நோய்

வேறு எந்த மருத்துவ நிலையையும் விட நீரிழிவு நோய் கையை அதிகமாகப் பாதிக்கிறது. காலப்போக்கில் அதிக இரத்தச் சர்க்கரை மென்திசுக்களை (தசைநாண்கள், அவற்றின் உறை, தசைநார்கள்) விறைப்பாக்குகிறது; எனவே நீரிழிவு உள்ளவர்களுக்குப் பல பொதுவான கைப் பிரச்சினைகள் மற்ற அனைவரையும் விட மிக அதிகமாக ஏற்படுகின்றன:

- **பூட்டும் விரல்** (trigger finger — சிக்கிக்கொள்ளும், 'கிளிக்' என ஒலிக்கும் அல்லது பூட்டிக்கொள்ளும் விரல்): பொது மக்களை விட நீரிழிவு உள்ளவர்களில் பல மடங்கு அதிகம்.
- **கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறி** (carpal tunnel syndrome — கட்டைவிரல், ஆள்காட்டி விரல், நடுவிரல் ஆகியவற்றில் மரத்துப்போன உணர்வும் கூச்ச உணர்வும்; பெரும்பாலும் இரவில் மோசமாகும்).
- **டூபிட்ரென் நோய்** (Dupuytren's disease — உள்ளங்கையில் ஏற்படும் கயிறு போன்ற திரள்களும் கட்டிகளும்; அவை மெதுவாக விரல்களை உள்நோக்கி வளைக்கின்றன).
- **விறைப்பான, மெழுகு போன்ற கை** (சில சமயங்களில் diabetic cheiroarthropathy அல்லது "மூட்டு அசைவுக் கட்டுப்பாடு" எனப்படுகிறது): விரல்கள் முழுமையாக நேராகாது, உள்ளங்கைகளை ஒன்றோடொன்று சேர்த்து அழுத்துவதும் எளிதாக இருக்காது.
- **உறைந்த தோள்பட்டை** (frozen shoulder) — நீரிழிவு உள்ளவர்களில் இது குறிப்பிடத்தக்க அளவு அதிகம்.

இவற்றில் எதுவும் உங்களுக்கு நீரிழிவு இருப்பதை நிரூபிப்பதில்லை; ஆனால் இவற்றில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்டவை இருப்பதோ, இளம் வயதிலேயே இவை ஏற்படுவதோ, பரிசோதித்துப் பார்ப்பதற்கு அங்கீகரிக்கப்பட்ட காரணமாகும். எங்கள் [நீரிழிவு நோயும் மேல் அவயவ நிலைகளும்](#) பக்கத்தில் இதை மிக விரிவாக விளக்கியுள்ளோம்.

## தைராய்டு நோய் — அதிகச் செயல்பாடு அல்லது குறைந்த செயல்பாடு

தைராய்டு சுரப்பியே உங்கள் உடலின் வளர்சிதை மாற்ற வேகத்தை நிர்ணயிக்கிறது; அது மிக வேகமாகவோ மிக மெதுவாகவோ இயங்கும்போது அது கையில் வெளிப்படலாம். **குறைந்த செயல்பாடு கொண்ட தைராய்டு**, கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறிக்கும் பூட்டும் விரலுக்கும் வழிவகுக்கும் ஒரு பாரம்பரியமான காரணி; தசைநாண்கள் மற்றும் நரம்புகளைச் சுற்றி நீர் தேங்குவதும் திசு மாற்றங்களும் இதற்குப் பகுதியளவு காரணம். அதிகச் செயல்பாடு கொண்ட தைராய்டும் குறைந்த செயல்பாடு கொண்ட தைராய்டும் ஆகிய இரண்டுமே உறைந்த தோள்பட்டையுடனும் தொடர்புடையவை. அதிகச் செயல்பாடு கொண்ட தைராய்டு கூடுதலாக நுட்பமான நடுக்கத்தையும், வியர்க்கும் உள்ளங்கைகளையும், நகம் அதன் படுக்கையிலிருந்து விலகி எழுவது போன்ற நக மாற்றங்களையும் ஏற்படுத்தலாம். தெளிவான காரணமின்றித் தோன்றும் கார்பல் டன்னல், தைராய்டு இரத்தப் பரிசோதனை சில சமயங்களில் ஏற்பாடு செய்யப்படுவதற்கான காரணங்களுள் ஒன்று.

# அழற்சி மூட்டழற்சி — நோய் எதிர்ப்பு அமைப்பு மூட்டுகளைத் தாக்கும்போது

நோய் எதிர்ப்பு அமைப்பு மூட்டுகளில் அழற்சியை ஏற்படுத்தும் ஒரு முழுக் குடும்பமான நோய்கள் உள்ளன; அவை தங்களை வெளிப்படுத்திக்கொள்வது பெரும்பாலும் கையில்தான் — ஒவ்வொன்றும் அதற்கே உரிய முறையில்:

- **ரூமட்டாய்டு மூட்டழற்சி** (rheumatoid arthritis) பொதுவாக விரல் கணு மூட்டுகளையும் விரல்களின் நடு மூட்டுகளையும் பாதிக்கிறது; வழக்கமாக இரு கைகளிலும் சமச்சீராக, காலை நேர விறைப்புடனும் மென்மையான, வீங்கிய மூட்டுகளுடனும். எங்கள் [அழற்சி மற்றும் ரூமட்டாய்டு மூட்டழற்சி](#) பக்கத்தைப் பாருங்கள்.
- **சொரியாடிக் மூட்டழற்சி** (psoriatic arthritis) நகத்துக்கு மிக அருகில் உள்ள மூட்டைப் பாதிக்கலாம், ஒரு விரல் முழுவதும் தொத்திறைச்சி போல வீங்கச் செய்யலாம்; பெரும்பாலும் நகத்தில் சிறு குழிகள் அல்லது தோலில் திட்டுக்களுடன் சேர்ந்து வருகிறது. எங்கள் [சொரியாடிக் மூட்டழற்சி](#) பக்கத்தைப் பாருங்கள்.
- **கௌட்** (gout) திடீரென, மிகக் கடுமையான வலியுடன், சிவப்பாகவும் சூடாகவும் தாக்கங்களை ஏற்படுத்துகிறது; பாரம்பரியமாகக் கால் கட்டைவிரலில், ஆனால் விரல் மற்றும் மணிக்கட்டு மூட்டுகளும் தாக்கப்படலாம்; காலப்போக்கில் சில சமயங்களில் சுண்ணாம்பு போன்ற கட்டிகளும் தோன்றும். எங்கள் [கௌட்](#) பக்கத்தைப் பாருங்கள்.

சாதாரண மூட்டுத் தேய்மானத்திலிருந்து (osteoarthritis) இவற்றை வேறுபடுத்திப் பார்ப்பது ஏன் முக்கியம் என்றால், அழற்சி மூட்டழற்சி நோய் எதிர்ப்பு அமைப்பால் இயக்கப்படுகிறது; மூட்டுகளைச் சேதத்திலிருந்து பாதுகாக்கக்கூடிய குறிப்பிட்ட மருந்துகளுக்கு அது பதிலளிக்கிறது. எனவே முன்கூட்டிய நோய் கண்டறிதல் விளைவையே மாற்றுகிறது.

## சிறுநீரக நோய்

நீண்ட காலமாக நீடிக்கும் சிறுநீரக நோய் — குறிப்பாகப் பல ஆண்டுகளாக டயாலிசிஸ் செய்துவருபவர்களில் — மணிக்கட்டுத் தசைநாண்களைச் சுற்றி அமிலாய்டு (amyloid) என்ற புரதம் படிவதன் மூலம் கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறிக்கு வழிவகுக்கலாம். சிறுநீரகப் பிரச்சினைகள் உடலின் கால்சியம், பாஸ்பேட் மற்றும் எலும்பு வளர்சிதை மாற்றத்தையும் சீர்குலைக்கின்றன; இது எலும்பை வலுவழிக்கச் செய்யலாம், எப்போதாவது வலிகளாகவோ கையின் எக்ஸ்-ரேயில் தெரியும் மாற்றங்களாகவோ வெளிப்படலாம். உங்கள் சிறுநீரக வரலாற்றை ஒரு அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் கவனத்தில் கொள்வதற்கு இவையே காரணங்கள்.

## கர்ப்பம்

கைக்கான அறிகுறிகளுக்குக் கர்ப்பம் ஒரு பொதுவான, ஆறுதலான காரணம். கடைசி மாதங்களில் உடல் தேக்கி வைக்கும் கூடுதல் நீர், கார்பல் டன்னலுக்குள் அழுத்தத்தை

உயர்த்துகிறது; எனவே கர்ப்ப காலத்தில் கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறி (விரல்களில் கூச்ச உணர்வும் மரத்துப்போன உணர்வும்; பெரும்பாலும் இரவில் மிக மோசமாக இருக்கும்) அடிக்கடி ஏற்படுகிறது. நல்ல செய்தி என்னவென்றால், பிரசவத்துக்குப் பிறகு சில வாரங்களுக்குள் இது தானாகவே தணிந்துவிடுவது மிகவும் பொதுவானது; எனவே முதல்நிலை அணுகுமுறை பொதுவாக அறுவை சிகிச்சை அல்ல, இரவு நேரச் சிம்பு போன்ற எளிய வழிமுறைகளே.

## இரத்த ஓட்டம் மற்றும் இணைப்புத் திசு தொடர்பான நிலைகள்

சில நோய்கள் நுண்ணிய இரத்த நாளங்களையும் இணைப்புத் திசுவையும் பாதிக்கின்றன; அவற்றை நீங்கள் முதலில் கவனிக்கும் இடம் விரல்களே:

- **ரேனாட் நிகழ்வு (Raynaud's phenomenon):** குளிரிலோ மன அழுத்தத்திலோ நுண்ணிய நாளங்கள் சுருங்கிக்கொள்வதால், விரல்கள் முதலில் வெண்மையாகி, பின்னர் நீலமாகி, பின்னர் சிவப்பாக மாறுகின்றன. தனியாக இருக்கும்போது இது பொதுவாகத் தீங்கற்றது; ஆனால் இது ஓர் இணைப்புத் திசு நோயின் தொடக்க அறிகுறியாகவும் இருக்கலாம். எங்கள் [ரேனாட் நிகழ்வு](#) பக்கத்தில் இதை முழுமையாக விளக்கியுள்ளோம்.
- **ஸ்க்லேரோடெர்மா (scleroderma — systemic sclerosis)** விரல்களின் தோலை இறுக்கித் தடிமனாக்குகிறது; ரேனாட் நிகழ்வு, வலிக்கும் விரல் நுனிப் புண்கள், சிறிய மூட்டுகளில் விறைப்பு ஆகியவற்றையும் ஏற்படுத்தலாம்.
- **லூபஸ் (systemic lupus erythematosus)** மூட்டு வலி, ரேனாட் நிகழ்வு, மற்றும் தோல் மற்றும் நக மடிப்பு மாற்றங்களை ஏற்படுத்தலாம்.

நாங்கள் குறிப்பாகத் தேடும் ஒரு தடயம், நகத்தின் அடிப்பகுதியில் (நக மடிப்பில்) உள்ள இயல்பற்ற இரத்த நாளங்கள்: அங்கே முறுக்கிய, விரிந்த வளையங்கள் இருந்தால் அவை ஸ்க்லேரோடெர்மாவையோ லூபஸையோ சுட்டிக்காட்டலாம்; உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உருப்பெருக்கிக் கண்ணாடியால் உங்கள் நகங்களை உற்றுப் பார்ப்பதற்கு இதுவும் ஒரு காரணம்.

## பிற தடயங்கள் — நகங்கள், தோல், விரல் நுனிகள்

விரல் நுனிகள், நகங்கள், தோல் ஆகியவை கையைத் தாண்டிய நோய்களைப் பற்றிய குறிப்புகளைத் தரலாம்:

- **விரல் நுனி பருத்தல் (finger clubbing):** விரல் நுனிகள் அகலமாகி, நகங்கள் நுனிகளின் மேல் வளைந்துவிடுகின்றன; சில நுரையீரல், இதயம், குடல் நோய்களுடன் இது தொடர்புடையது.
- **கரண்டி வடிவ நகங்கள் இரும்புச்சத்துக் குறைபாட்டைப்** பிரதிபலிக்கலாம்; வெளிறிய நக அடிப்பகுதிகள் இரத்தசோகையைக் குறிக்கலாம்.

- **நகத்தில் சிறு குழிகள், நகம் விலகி எழுதல் அல்லது நிற மாற்றங்கள்**  
சொரியாசிஸ், தைராய்டு நோய் அல்லது பிற நோய்களுடன் சேர்ந்து வரலாம்.
- **மஞ்சள் நிற, தடிமனான, உடையக்கூடிய நகங்கள்** நீரிழிவிலும் சில இரத்த ஓட்டப் பிரச்சினைகளிலும் பொதுவானவை.
- **தோல் மற்றும் நிற மாற்றங்கள்:** மஞ்சள் கலந்த தோல், எளிதில் ஏற்படும் சிராய்ப்புத் தழும்புகள், அல்லது உள்ளங்கைகளில் வழக்கத்துக்கு மாறான சிவப்பு ஆகியவை எப்போதாவது கல்லீரல் நோய்களைப் பிரதிபலிக்கலாம்.

தனித்தனியாகப் பார்க்கும்போது இவை பெரும்பாலும் சிறியவையும் மிகவும் பொதுவானவையும் ஆகும். பல அறிகுறிகள் ஒன்றாகத் தோன்றும்போது, அனைத்து நகங்களையும் ஒரே சமயத்தில் பாதிக்கும்போது, அல்லது ஒட்டுமொத்தமாக உடல்நலமில்லாத உணர்வுடன் சேர்ந்து வரும்போது அவை மேலும் அர்த்தமுள்ளவையாகின்றன.

## உங்கள் ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தைப் பற்றி உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் ஏன் கேட்கிறார்

கை அல்லது மணிக்கட்டுப் பிரச்சினைக்காக நீங்கள் வரும்போது, உங்கள் சர்க்கரை அளவு, தைராய்டு, மருந்துகள், எடை மாற்றங்கள், அல்லது நீங்கள் உங்களுக்குள் எப்படி உணர்கிறீர்கள் என்பதைப் பற்றிக் கேட்கப்படுவதும், உங்கள் நகங்கள், தோல், நாடித்துடிப்புகள் பரிசோதிக்கப்படுவதும் உங்களுக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கலாம். இது வீண் சடங்கு அல்ல. ஏனெனில் கை மிக அடிக்கடி உடலின் மற்ற பகுதிகளைப் பிரதிபலிக்கிறது; பரந்த சித்திரத்தைக் கண்டறிவது உங்கள் கைப் பிரச்சினைக்கான சிகிச்சையை மாற்றக்கூடும், எப்போதாவது வேறெங்கோ உள்ள சிகிச்சையளிக்கக்கூடிய ஒன்றை வெளிக்கொணரவும் கூடும். ஒரு பொது மருத்துவ நிலை இருக்கக்கூடும் எனத் தோன்றினால், அடுத்த படி பொதுவாக அறுவை சிகிச்சை அல்ல — **ஓர் எளிய இரத்தப் பரிசோதனை** அல்லது உங்கள் GP-யிடமோ ஒரு பொது மருத்துவரிடமோ ஒரு **பரிந்துரையே**.

## எப்போது மருத்துவரைப் பார்க்க வேண்டும்

பின்வருவன இருந்தால், காத்திருக்காமல் உங்கள் GP-யைப் பாருங்கள் அல்லது எங்களிடம் மீண்டும் வாருங்கள்:

- ஒரு கை அறிகுறியுடன் சேர்ந்து ஒட்டுமொத்தமாக உடல்நலமில்லாத உணர்வு இருந்தால்: காய்ச்சல், எடை இழப்பு, சோர்வு, அல்லது உங்களுக்குள் ஏதோ சரியில்லை என்ற உணர்வு.
- மூட்டு வலி, வீக்கம் அல்லது விறைப்பு ஒரே சமயத்தில் இரு கைகளையும் பாதித்தால், அல்லது தணிய நேரம் எடுக்கும் அதிகாலை விறைப்புடன் சேர்ந்து வந்தால்.

- விரல்களில் நிற மாற்றங்களை (வெள்ளை/நீலம்/சிவப்பு), வலிக்கும் விரல் நுனிப் புண்களை, அல்லது விரல் தோல் புதிதாக இறுகுவதை நீங்கள் கவனித்தால்.
- பல விரல்களின் நகங்கள் ஒன்றாக மாறினால்: சிறு குழிகள், நகம் விலகி எழுதல், கரண்டி வடிவமாதல், விரல் நுனி பருத்தல், அல்லது நிற மாற்றம்.
- கார்பல் டன்னல் அறிகுறிகளோ பூட்டும் விரல்களோ பல விரல்களில், இரு பக்கங்களிலும், அல்லது எதிர்பார்த்ததை விட இளம் வயதில் தோன்றினால்.

பெரும்பாலான நேரங்களில், ஒரு கைப் பிரச்சினை வெறும் கைப் பிரச்சினையே. ஆனால் ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தைக் கை மிக நேர்மையாகப் பறைசாற்றுவதால், பரந்த சித்திரத்தைக் குறிப்பிடுவது எப்போதும் பயனுள்ளது. சில சமயங்களில் முதலில் அறிந்துகொள்வது கையே.

## ஆழமான விளக்கம்

உங்கள் சொந்த சிகிச்சை முடிவுகளுக்குத் தேவையானதைத் தாண்டி இந்தப் பகுதி செல்கிறது. பல கை நிலைகள் நடைமுறையில் உடல் முழுவதையும் பாதிக்கும் ஒரு நோயின் ஆரம்பகட்டத் தெரியும் அறிகுறிகளாக இருப்பதாலும், வேறு எதற்கும் முன்பே கை பெரும்பாலும் பிரச்சினையை அறிவித்துவிடுவதாலும், இந்தத் தலைப்பை மேலும் படிப்பது பயனுள்ளது.

### நீரிழிவு நோய் கையைப் பல தனித்தனி வழிகளில் மாற்றுகிறது

கைப் பிரச்சினைகளுடன் மிகச் சீராகத் தொடர்புடைய, உடல் முழுவதையும் பாதிக்கும் நிலை நீரிழிவே; அவை அனைத்துக்கும் பொதுவான செயல்முறை ஒன்றே: குளுக்கோஸ் கொலாஜனுடன் திரும்பப் பெற முடியாதபடி பிணைந்து, அதைக் குறுக்குப் பிணைப்புச் செய்து, இணைப்புத் திசுவை மேலும் விறைப்பாகவும் தடிமனாகவும் ஆக்குகிறது. திசுக்கள் ஒன்றின் மேல் ஒன்று வழுக்கி நகர்வதைச் சார்ந்திருக்கும் கையின் ஒவ்வொரு அமைப்பும் பாதிக்கப்படுகிறது.

இதன் விளைவு ஓர் அங்கீகரிக்கப்பட்ட கூட்டம்: கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறி, பூட்டும் விரல், டீபிட்ரென் நோய், மற்றும் உள்ளங்கைகளைத் தட்டையாக ஒன்றோடொன்று அழுத்த முடியாமல் போவது என்ற சிறப்பியல்புடன் கூடிய மூட்டு அசைவுக் கட்டுப்பாடு. உறைந்த தோள்பட்டையும் இதே குழுவைச் சேர்ந்ததே.

கர்ப்ப காலத்தில் இதற்கு ஒரு குறிப்பிட்ட, முக்கியமான விளைவு உண்டு: **கர்ப்பகால நீரிழிவு, கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறிக்கும் டி குவெர்வேன் தசைநாண் உறை அழற்சிக்கும் (de Quervain tenosynovitis) குறிப்பிடத்தக்க அபாயக் காரணியாகும்** என்பது **715,337** நோயாளிகளின் தரவுத்தொகுப்பில் நிறுவப்பட்டுள்ளது [1]. நிலைபெற்ற நீரிழிவின் பல ஆண்டுகளுக்குப் பதிலாக, ஒரு கர்ப்பத்தின் சில மாதங்களுக்குள்ளேயே இந்த விளைவு தோன்றுவது, இந்தத் திசு மாற்றங்கள் பொதுவாக நினைக்கப்படுவதை விட வேகமாக உருவாகின்றன என்பதைக் காட்டுகிறது.

நடைமுறை முக்கியத்துவம் என்னவென்றால், நீரிழிவில் ஏற்படும் கைப் பிரச்சினைகளுக்குச் சிகிச்சையளிக்க முடியாது என்பதல்ல — அவை அதே

சிகிச்சைகளுக்குப் பதிலளிக்கின்றன — மாறாக, அவை கூட்டமாகவே வருகின்றன என்பதே; எனவே ஒன்று இருந்தால் மற்றவற்றின் மீதும் கவனம் செலுத்த வேண்டும். மேலும், இரத்தச் சர்க்கரைக் கட்டுப்பாடு தனித்த ஒரு விஷயமல்ல, இந்தச் சித்திரத்தின் ஒரு பகுதியே.

### சில கைக் குறிகள் உடலின் வேறு பகுதிகளில் விசாரணையைத் தூண்ட வேண்டும்

உடல் முழுவதையும் பாதிக்கும் ஏதோ ஒன்றின் தெரியும் முனையாகக் கை இருப்பதால், சில வெளிப்பாடுகளை அடையாளம் காண்பது முக்கியம்.

ஒரு குழந்தையில் பல பூட்டும் விரல்கள். இரு பக்கங்களிலும் அல்லது பல பூட்டும் விரல்கள் இருப்பது, அல்லது அதே சமயத்தில் கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறி இருப்பது, மியூகோபாலிசாக்கரிடோசிஸ் (mucopolysaccharidosis) போன்ற வழக்கத்துக்கு மாறான ஓர் அடிப்படை நோய் இருக்கலாம் என்ற சந்தேகத்தை எழுப்ப வேண்டும் [2]. கையைத் தாண்டி வெகுதூரம் தாக்கம் கொண்ட ஒரு கைக் குறிக்கு, இந்த இணையதளத்தில் இதுவே மிகத் தெளிவான உதாரணம்.

**கவலைக்குரிய அம்சங்களுடன் கூடிய ரேனாட் நிகழ்வு.** சுமார் 30 வயதுக்குப் பிறகு தொடங்குவது, இரு கைகளுக்கும் இடையிலான சமச்சீரின்மை, விரல் நுனிப் புண்கள் அல்லது குழிவான வடுக்கள், அல்லது இயல்பற்ற நக மடிப்பு நுண்குழாய்கள் ஆகியவை ஓர் இரண்டாம்நிலைக் காரணத்தைச் சுட்டுகின்றன — தீங்கற்ற முதன்மை வடிவத்துக்குப் பதிலாக, பொதுவாக ஒரு தன்னுடல் தாக்க இணைப்புத் திசு நோயையே.

**அழுத்தம் இல்லாமல் திடீரென ஏற்படும், வலியுடன் கூடிய பலவீனம்.** முன் இடையெலும்பு நரம்பு முடக்கம் (anterior interosseous nerve palsy) ஒரு நரம்பழற்சி (neuritis) என்றே பெருகிய அளவில் கருதப்படுகிறது; அது பெரும்பாலும் தானாகவே சரியாகிவிடுகிறது [3]. பலவீனத்துக்கு முன் ஏற்படும் கடுமையான வலி, நரம்பியல் தசைச் சிதைவை (neuralgic amyotrophy) நோக்கிச் சுட்டுகிறது: இது நரம்புகளின் அழற்சி நிலை; எந்த அழுத்த நீக்க அறுவை சிகிச்சையாலும் இதைச் சரிசெய்ய முடியாது.

### அழற்சி மூட்டழற்சி தேய்மானத்திலிருந்து வேறுபட்டு நடந்துகொள்கிறது

ருமட்டாய்ந்து மூட்டழற்சியும் பிற அழற்சி மூட்டழற்சிகளும் மூட்டுத் தேய்மானத்திலிருந்து வேறுபட்ட முறையில் கையைப் பாதிக்கின்றன: விரல் நுனி மூட்டுகளுக்குப் பதிலாக விரல் கணு மூட்டுகளையும் நடு மூட்டுகளையும், சமச்சீராக; நீடித்த காலை நேர விறைப்புடனும், கடினமான எலும்புப் பெருக்கத்துக்குப் பதிலாக மென்மையான, சதைப்பற்றான வீக்கத்துடனும்.

இந்த வேறுபாடு மருத்துவ ரீதியாக மட்டுமல்ல, அறுவை சிகிச்சை ரீதியாகவும் முக்கியம். சரிசெய்யப்பட்ட நிலையை மென்திசுக்கள் தாங்கிப் பிடிப்பதை நம்பியிருக்கும் மறுசீரமைப்புகள், செயலில் உள்ள மூட்டுறை அழற்சி (synovitis) கொண்ட ஒரு கையில் விரிந்து தளர்ந்துவிடும் போக்கைக் கொண்டவை; அதனால்தான் மறுசீரமைப்புக்கு முன் நோயைக் கட்டுப்படுத்துவது வழக்கமாக உள்ளது, அதனால்தான் இதே அறுவை சிகிச்சை இரு சூழல்களிலும் வெவ்வேறு முன்கணிப்பைக் கொண்டுள்ளது.

## கை ஏன் விஷயங்களை முன்சூட்டியே காட்டுகிறது

கை என்பது சிறிய மூட்டுகள், இறுக்கமான உறைகளுக்குள் நீண்ட தசைநாண்கள், விரிவடையாத சுரங்கங்களுக்குள் நரம்புகள், மற்றும் உடலின் மிகத் தொலைவான இரத்த ஓட்டம் ஆகியவற்றின் அடர்த்தியான தொகுப்பு; இவை அனைத்தும் மாற்றம் கண்ணுக்குத் தெரியும் மெல்லிய தோலுக்குக் கீழ் அமைந்துள்ளன. ஒரு பெரிய அமைப்பில் கவனிக்கப்படாமல் போகக்கூடிய ஒரு செயல்முறை இங்கே விரைவாக அறிகுறிகளை உருவாக்குகிறது; நுண்ணிய நாளங்களின் ஓட்டத்தைப் பாதிக்கும் ஒன்று இங்கேயே முதலில் வெளிப்படுகிறது.

இந்த உணர்திறன் காரணமாகவே, ஒருவரின் ஒட்டுமொத்த உடல்நலத்தோடு ஒப்பிடும்போது அற்பமாகத் தோன்றினாலும் கூட, கையில் காணப்படும் மாற்றங்களை GP-யிடம் குறிப்பிடுவது பயனுள்ளது; அதனால்தான் கை அறுவை சிகிச்சை நிபுணர்கள், தங்கள் முன் இருப்பதற்கு மட்டும் சிகிச்சையளிக்காமல், நோயாளிகளை அடிக்கடி ஒரு பொது மருத்துவரிடம் பரிந்துரைத்து அனுப்புகிறார்கள்.

## மேற்கோள்கள்

- [1] Smith GB, Young B, Titan AL, Kenney DE, Ladd AL. Incidence and risk factors for soft tissue hand and wrist conditions in pregnancy. J Hand Surg Glob Online. 2025;7(5):100778. <https://doi.org/10.1016/j.jhsg.2025.100778>
- [2] Wong AL, Wong MJ, Parker R, Wheelock ME. Presentation and aetiology of paediatric trigger finger: a systematic review. J Hand Surg Eur Vol. 2021;47(2):192-6. <https://doi.org/10.1177/17531934211035642>
- [3] Rodner CM, Tinsley BA, O'Malley MP. Pronator syndrome and anterior interosseous nerve syndrome. J Am Acad Orthop Surg. 2013;21(5):268-75. <https://doi.org/10.5435/JAAOS-21-05-268>