

கையை பாதிக்கும் மருத்துவ நிலைமைகள்

கை பொதுவான ஆரோக்கியத்திற்கு ஒரு சாளரமாக இருக்க முடியும் பல முழு உடல் நிலைகளும் அங்கு தோன்றும், சில நேரங்களில் முதலில்.

Kieran Hirpara © 2024 4.0



இயந்திர மொழிபெயர்ப்பு — தாய்மொழி தமிழ் மதிப்பாய்வாளர் அவர்களால் சரிபார்க்கப்பட்டது.

உங்கள் உடல் உங்கள் ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்தைப் பற்றிய சிறந்த சாளரங்களில் ஒன்றாகும். ஏனென்றால் அது சிறிய மூட்டுகள், நரம்புகள், தண்டுகள், மெல்லிய இரத்த நாளங்கள், தோல் மற்றும் நகங்கள் (அனைத்தும் மேற்பரப்புக்கு அருகில் மற்றும் ஆய்வு செய்ய எளிதானவை), முழு உடல் நிலைகளும் அவற்றின் முதல் தடயங்களை அங்கேயே விட்டுவிடுகின்றன. சில நேரங்களில் ஒரு கை பிரச்சினை ஆனால் சில நேரங்களில் அதே அறிகுறி (கடினத்தன்மை, நமைச்சல், நிற மாற்றம், வித்தியாசமான தோற்றமுடைய நகங்கள்) உடலில் வேறு இடங்களில் நடப்பதைக் காட்டும் ஆரம்ப அறிகுறி அறியப்பட வேண்டியவை மற்றும் பெரும்பாலும் மிகவும் சிகிச்சையளிக்கக்கூடியவை.

இந்த பக்கம் வெளிப்படையான ஆங்கிலத்தில் பிரதான மருத்துவ நிலைமைகளின் சுற்றுப்பயணமாகும் இது ஒரு சோதனை பட்டியல் அல்ல; பெரும்பாலான வலிகள் மற்றும் கடினமான விரல்கள் சாதாரண உடை மற்றும் கண்ணீர். ஆனால் அது உங்கள் அறுவை சிகிச்சை உங்கள் பொதுவான ஆரோக்கியத்தைப் பற்றி கேளுங்கள், உங்கள் நகங்கள் மற்றும் தோலை உன்னிப்பாகப் பாருங்கள், அல்லது நீங்கள் உங்கள் கையை பற்றி வந்த போது கூட ஒரு இரத்த பரிசோதனை அல்லது ஒரு பரிந்துரை பரிந்துரை.

நீரிழிவு கையில் பெரிய போலி

நீரிழிவு நோய் கிட்டத்தட்ட வேறு எந்த நோயையும் விட கையை அதிகம் பாதிக்கிறது. இரத்தத்தில் உள்ள சர்க்கரை காலப்போக்கில் மென்மையான திசுக்களை (இடுப்புகளை,

அவற்றின் எனவே நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு பல பொதுவான கை பிரச்சினைகள் ஏற்படுகின்றன. மற்றவர்களை விட அடிக்கடி:

- **துப்பாக்கி சுடும் விரல்** (ஒரு விரல் பிடிக்கிறது, கிளிக் செய்கிறது அல்லது பூட்டுகிறது): பல முறை சாதாரண மக்களைக் காட்டிலும் நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு இது மிகவும் பொதுவானது.
- **கார்பல் டன்னல் சிண்ட்ரோம்** (முழங்கை, குறியீட்டு மற்றும் நடுத்தர விரல்கள், பெரும்பாலும் இரவில் மோசமாக இருக்கும்).
- **டுபுய்ட்ரென் நோய்** (கரத்தில் உள்ள கயிறுகள் மற்றும் கட்டிகள் மெதுவாக விரல்கள் கீழே).
- **ஒரு கடினமான, மெழுகு கை** (சில நேரங்களில் அழைக்கப்படும் நீரிழிவு சைரோஆர்த்ரோபதி அல்லது “வரையறுக்கப்பட்ட மூட்டு இயக்கம்”): விரல்கள் முழுமையாக நேராக வராது மற்றும் ஒருவருக்கொருவர் எளிதில் அழுத்துவது குறைவு.
- **உறைந்த தோள்பட்டை**, இது நீரிழிவு நோயாளிகளுக்கு மிகவும் பொதுவானது.

இவை எதுவுமில்லை நிரூபிக்க உங்களுக்கு நீரிழிவு நோய் உள்ளது, ஆனால் அவற்றில் ஒன்றுக்கு மேற்பட்டவை உள்ளது, அல்லது இளம் வயதிலேயே அவற்றைப் பெறுவது, சரிபார்க்க ஒரு அங்கீகரிக்கப்பட்ட காரணம். நாங்கள் மூடப்பட்டிருக்கிறோம் இதை இன்னும் ஆழமாக நமது **நீரிழிவு மற்றும் மேல் கால் நிலைமைகள்** பக்கம்.

தைராய்டு நோய் அதிகப்படியான அல்லது குறைவான செயல்திறன்

தைராய்டு சுரப்பி உங்கள் உடலின் வளர்சிதை மாற்ற வேகத்தை நிர்ணயிக்கிறது. மிக மெதுவாக அது கையில் தோன்றலாம். **குறைந்த செயல்திறன் கொண்ட தைராய்டு** ஒரு கிளாசிக் கார்பல் டன்னல் சிண்ட்ரோம் மற்றும் டிரிக்லர் விரலுக்கு பங்களிப்பு திரவத் தக்கவைப்பு மற்றும் தசைகள் மற்றும் நரம்புகளைச் சுற்றியுள்ள திசு மாற்றங்கள் மூலம். அதிகப்படியான மற்றும் குறைந்த செயல்திறன் கொண்ட தைராய்டு உறைந்த தோளூடன் தொடர்புடையது. ஒரு அதிகப்படியான தைராய்டு கூடுதலாக ஒரு மெல்லிய அதிர்வு, வியர்வை உள்ளங்கைகள், மற்றும் நகங்கள் அதன் படுக்கையிலிருந்து விலகிச் செல்வது போன்ற நக மாற்றங்கள். வெளிப்படையான காரணமின்றி தோன்றுவது தைராய்டு இரத்த பரிசோதனை சில நேரங்களில் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டது.

நோயெதிர்ப்பு அமைப்பு மூட்டுகளை தாக்கும் போது ஏற்படும் அழற்சி மூட்டுவலி

நோயெதிர்ப்பு மண்டலத்தின் ஒரு முழு குடும்பம் நிலைமைகள் மூட்டுகளை எரிச்சலூட்டுகின்றன, மற்றும் கை அவர்கள் தங்களை அறிவிக்க மிகவும் அடிக்கடி எங்கே, ஒவ்வொரு அதன் சொந்த மாதிரி:

- **ரியூமடோய்ட் கீல்வாதம்** முழங்கைகள் மற்றும் நடுத்தர விரலை பாதிக்கும் பொதுவாக இரு கைகளிலும் சமச்சீர் முறையில், காலை இறுக்கம் மற்றும் மென்மையான, வீங்கிய மூட்டுகள். [அழற்சி மற்றும் ருமடோயிட் கீல்வாதம்](#) பக்கம்.
- **சோரியாடிக் கீல்வாதம்** நகத்திற்கு மிக அருகில் உள்ள மூட்டு பாதிக்கப்படலாம், முழு விரல் ஒரு தொத்திறைச்சி போன்ற வீக்கமடைய, மற்றும் பெரும்பாலும் ஆணி குழிகள் அல்லது தோல் பட்டைகள். [சோரியாடிக் கீல்வாதம்](#) பக்கம்.
- **கீல்வாதம்** திடீரென, தீவிரமாக வலி, சிவப்பு, சூடான தாக்குதல்களை ஏற்படுத்துகிறது, பெரிய கால்விரல், ஆனால் விரல் மற்றும் மணிக்கட்டு மூட்டுகள் கூட அடிக்கப்படலாம், சில நேரங்களில் காலப்போக்கில் களிமண் கட்டிகள். [நரம்பியல்](#) பக்கம்.

இவைகளை சாதாரண எலும்பியல் வியாதிகளிலிருந்து வேறுபடுத்துவது முக்கியம் என்பதால் அழற்சி மூட்டுவலி நோயெதிர்ப்பு அமைப்பால் இயக்கப்படுகிறது மற்றும் குறிப்பிட்ட மூட்டுகளை சேதத்திலிருந்து பாதுகாக்கக்கூடிய மருந்துகள், எனவே ஆரம்பகால நோயறிதல் மாற்றங்கள் அதன் விளைவு.

சிறுநீரக நோய்

நீண்டகால சிறுநீரக நோய், குறிப்பாக பல வருடங்களாக டயாலிசிஸில் உள்ளவர்களுக்கு, கார்பல் டன்னல் நோய்க்குறிக்கு வழிவகுக்கும் சிறுநீரக பிரச்சினைகள் உடலின் கால்சியம், பாஸ்பேட் மற்றும் எலும்பு வளர்சிதை மாற்றம், இது எலும்பு மற்றும் சில நேரங்களில் வலிகள் அல்லது மாற்றங்கள் கை எக்ஸ்-கதிர்களில் காணப்படுகின்றன. உங்கள் சிறுநீரக வரலாற்றை ஒரு அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் கவனிப்பார்.

கர்ப்பம்

கர்ப்பம் என்பது கை அறிகுறிகளுக்கு ஒரு பொதுவான மற்றும் உறுதியளிக்கும் காரணமாகும். உடலில் கடைசி மாதங்களில் வைத்திருக்கிறது கார்பல் உள்ள அழுத்தம் அதிகரிக்கிறது கார்பல் டன்னல் சிண்ட்ரோம் (கை விரல்களில் அரிப்பு மற்றும் மயக்கம், நல்ல செய்தி என்னவென்றால், இது கர்ப்ப காலத்தில் மிகவும் பொதுவானது. பொதுவாக பிரசவத்திற்குப் பிறகு வாரங்களுக்குள் தானாகவே குடியேறுகிறது, எனவே முதல் வரிசை அறுவை சிகிச்சை செய்வதற்கு பதிலாக, இரவில் அறுவை சிகிச்சை செய்வது போன்ற எளிய நடவடிக்கைகளால் சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.

சுழற்சி மற்றும் இணைப்பு திசு நிலைமைகள்

சில நிலைமைகள் சிறிய இரத்த நாளங்கள் மற்றும் இணைப்பு திசுக்களை பாதிக்கின்றன. விரல்கள் நீங்கள் அவர்களை கவனிக்க முதல் இடத்தில் உள்ளன:

- **ரெய்னோவின் நிகழ்வு:** விரல்கள் வெள்ளையாக, பின்னர் நீலமாக, பின்னர் சிவப்பாக மாறும் குளிர் அல்லது அழுத்தம், சிறிய கப்பல்கள் கீழே இறுக்கமாக. அதன் சொந்த அது பொதுவாக பாதிப்பில்லாதது, ஆனால் இது ஒரு இணைப்பு திசு நோயின் தொடக்க அறிகுறியாகவும் இருக்கலாம் நாங்கள் அதை முழுமையாக கவர் செய்கிறோம் [ரெய்னோவின் நிகழ்வு](#) பக்கம்.
- **ஸ்க்லெரோடெர்மா** (சிஸ்டமிக் ஸ்க்லெரோசிஸ்) விரல்கள், Raynaud நோய், வலி விரல் புண்கள், மற்றும் சிறிய மூட்டுகள்.
- **லூபஸ்** (systemic lupus erythematosus) மூட்டு வலி, ரெய்னாட் நோய் மற்றும் தோல் மற்றும் நக மடிப்பு மாற்றங்கள்.

குறிப்பாக நாம் தேடும் ஒரு துப்பு நகத்தின் அடித்தளத்தில் உள்ள அசாதாரணக் கப்பல்கள் (விரல் மடிப்பு): வளைந்த, விரிந்த சுழல்கள் ஸ்க்லெரோடெர்மா அல்லது லூபஸைக் குறிக்கலாம் உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் நகங்களை மிக நெருக்கமாக ஒரு உருப்பெருக்கி கொண்டு பார்க்க இதுவும் ஒரு காரணம்.

நகங்கள், தோல் மற்றும் விரல் நுனிகள்

விரல் நுனிகள், நகங்கள் மற்றும் தோல் ஆகியவை கைக்கு அப்பாற்பட்ட நிலைமைகளை சுட்டிக்காட்டலாம்:

- **விரல் குத்துதல்:** விரல் நுனிகள் அகலமாகவும், நகங்கள் வளைவாகவும் சில நுரையீரல், இதயம் மற்றும் குடல் நிலைமைகளுடன் தொடர்புடையது.
- **கரண்டி வடிவ நகங்கள்** பிரதிபலிக்க முடியும் **இரும்புச்சத்து குறைபாடு**மேலும், பளபளப்பான ஆணிப் படுக்கைகளும். அனீமியாவைக் குறிக்கலாம்.
- **நகங்கள் பிடரிங், லிஃப்டிங் அல்லது நிற மாற்றங்கள்** தைராய்டு நோய் அல்லது பிற நோய்கள்.
- **மஞ்சள் நிற, தடித்த, உடையக்கூடிய நகங்கள்** நீரிழிவு மற்றும் சில சுழற்சி பிரச்சினைகள்.
- **தோல் மற்றும் நிற மாற்றங்கள்:** மஞ்சள் நிற சருமம், எளிதில் புண்கள், அல்லது அசாதாரணமானது கைகளின் சிவத்தல் எப்போதாவது கல்லீரல் நிலைமைகளை பிரதிபலிக்கலாம்.

தனித்தனியாக இவை பெரும்பாலும் சிறியவை மற்றும் மிகவும் பொதுவானவை. ஒன்றுக்கு மேற்பட்டவை ஒன்றாக தோன்றும்போது, அவை அனைத்து நகங்களையும் ஒரே நேரத்தில் பாதிக்கும்போது, அல்லது பொதுவாக உடல்நிலை சரியில்லாமல் இருக்கும்போது அவர்கள் வருகிறார்கள்.

உங்கள் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் உங்கள் உடல்நிலை பற்றி ஏன் கேட்கிறார்?

நீங்கள் ஒரு கை அல்லது மணிக்கட்டு பிரச்சினை பற்றி வரும்போது, நீங்கள் கேட்க ஆச்சரியமாக இருக்கலாம் உங்கள் சர்க்கரை அளவு, உங்கள் தைராய்டு, உங்கள் மருந்துகள், எடை மாற்றங்கள் அல்லது நீங்கள் உங்களை உணர்கிறேன், மற்றும் உங்கள் நகங்கள், தோல் மற்றும் துடிப்பு வேண்டும் இந்த பூச்சு இல்லை. அது ஏனெனில் கை மிகவும் அடிக்கடி மீதமுள்ள பிரதிபலிக்கிறது உடல், மற்றும் பரந்த படத்தை கண்டறிந்து சிகிச்சை இருவரும் மாற்ற முடியும் உங்கள் கை பிரச்சினை மற்றும், அவ்வப்போது, வேறு எங்காவது சிகிச்சையளிக்கக்கூடிய ஏதாவது கண்டுபிடிக்க. ஒரு பொதுவான மருத்துவ நிலைமை சாத்தியம் என்று தோன்றும் போது, அடுத்த படி பொதுவாக ஒரு **எளிய இரத்தப் பரிசோதனை** அல்லது ஒரு **பரிந்துரை** உங்கள் GP அல்லது ஒரு மருத்துவர், அறுவை சிகிச்சை இல்லை.

யாரையாவது எப்போது பார்க்க வேண்டும்

பின்வரும் காரணங்களுக்காக காத்திருப்பதை விட, உங்கள் GP ஐ அணுகவும் அல்லது எங்களிடம் திரும்பி வாருங்கள்ஃ

- ஒரு கை அறிகுறி பொதுவாக உடல்நிலை சரியில்லாமல் உணர்கிறதுஃ காய்ச்சல், எடை இழப்பு, சோர்வு, அல்லது உங்களை உணர்கிறேன்.
- மூட்டு வலி, வீக்கம் அல்லது விறைப்பு இரு கைகளையும் ஒரே நேரத்தில் பாதிக்கிறது, அல்லது அதிகாலையில் விறைப்புத்தன்மையுடன் சிறிது நேரம் எடுக்கும்.
- விரல்களில் வண்ண மாற்றங்களை (வெள்ளை / நீல / சிவப்பு), வலி விரல்களின் புண், அல்லது விரல் தோலின் புதிய இறுக்கம்.
- பல விரல்களில் உள்ள நகங்கள் ஒன்றாக மாறுகின்றன: துளைத்தல், தூக்குதல், ஸ்பூனிங், கிளப்பிங் அல்லது நிற மாற்றம்.
- கார்பல் டன்னல் அறிகுறிகள் அல்லது தூண்டு விரல்கள் பல இலக்கங்களில் தோன்றும், இருபுறமும், அல்லது எதிர்பார்த்ததை விட இளைய வயதில்.

பெரும்பாலான நேரங்களில், ஒரு கை பிரச்சினை ஒரு கை பிரச்சினை தான். பொது சுகாதாரம் போன்ற ஒரு நேர்மையான நிருபர், அது எப்போதும் குறிப்பிடத்தக்கது பெரிய படம். சில நேரங்களில் கை தான் முதலில் தெரியும்.