

விரலின் ஸ்வான்-நெக் விலகல்

சுவான்-கெக் விலகல்: நடு மூட்டு (PIP) அதிகமாக நீண்ட நிலையில் இருக்கும்போது, விரல் முனையின் மூட்டு (DIP) கீழே வளைந்து, விரலுக்கு சுவான்-கெக் வடிவத்தைத் தருகிறது.

Abdulaziz Alkanderi / Wikimedia Commons, CC BY-SA 3.0



இயந்திர மொழிபெயர்ப்பு — தாய்மொழி தமிழ் மதிப்பாய்வாளர் அவர்களால் சரிபார்க்கப்பட்டது.

நீங்கள் உணரும் விஷயங்கள்

உங்கள் விரல்களில் ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்டவை ஒரு விசித்திரமான வடிவத்தை எடுத்துள்ளன என்பதை நீங்கள் கவனித்திருக்கலாம். விரலின் நடு மூட்டு (அடிப்பகுதியில் உள்ள மூட்டு அல்ல, நடுவில் உள்ள பெரிய மூட்டு) பின்னோக்கி வளைகிறது, இதனால் விரல் சற்று வளைந்த அல்லது “சுவான் போன்ற” (சுவான் கழுதை) தோற்றத்தைப் பெறுகிறது, அதே சமயம் நகத்திற்கு அருகில் உள்ள சிறிய மூட்டு முன்னோக்கி தொங்குகிறது. பக்கவாட்டில், விரல் ஒரு மங்கலான மின்னல் போன்ற வடிவத்தை உருவாக்குகிறது.

ஆரம்ப கட்டத்தில், இது வலியை விட ஒரு சிறு தொல்லையாக இருக்கலாம்: விரலை வளைக்க முயற்சிக்கும்போது அது “சிக்கியது” அல்லது துள்ளியது போன்ற உணர்வை விரல் ஏற்படுத்தலாம், மற்றும் ஒரு மென்மையான பிடியை உருவாக்குவது அல்லது சிறிய பொருட்களைப் பிடிப்பது கடினமாக இருக்கலாம். இது அதிக நிலையானதாக மாறும்போது, விரல் முன்பு போல நேராகவோ அல்லது வளைந்தோ இருக்காது, மற்றும் தினசரி பணிகள் (பட்டன்களை இடுவது, நாணயங்களை எடுப்பது, பேனாவைப் பிடிப்பது) சிக்கலான மற்றும் சோர்வூட்டும் தன்மையைப் பெறும். சிலர் தங்கள் விரல் பையில் அல்லது கையுறையில் கையை வைக்கும்போது அது சிக்கியதைக் கண்டு முதலில் இதனை உணர்கிறார்கள்.

உண்மையில் என்ன நடக்கிறது

உங்கள் விரல் ஒவ்வொரு மூட்டுகளின் மேல், கீழ் மற்றும் பக்கவாட்டில் ஓடும் தசைநார்கள் மற்றும் சிறிய பிணைப்புத் திசுக்களின் ஒரு சிறந்த அமைப்பால்

சமநிலைப்படுத்தப்படுகிறது. நடு மூட்டு (PIP மூட்டு) பொதுவாக அதன் உள்ளங்கை பக்கத்தில் உள்ள **வோலார் தட்டு** (volar plate) எனப்படும் கடினமான சிறிய பிணைப்புத் திசு மற்றும் விரலின் பக்கங்களில் அமைந்துள்ள தசைநார்களைப் போன்ற பட்டைகளால் பின்னோக்கி வளைவதைத் தடுக்கிறது.

சுவான்-நெக் விலகலில் (swan-neck deformity) அந்த சமநிலை இழக்கப்படுகிறது. வோலார் தட்டு தளர்வாக மாறினால், அல்லது பக்க தசைநார்களைப் போன்றவை (lateral bands) மூட்டின் மேல் பகுதிக்கு நழுவிவிருந்தால், நடு மூட்டு அதிக விரிவாக்கத்திற்கு (hyperextension) இழுக்கப்படுகிறது, மேலும் தசைநார்கள் அனைத்தும் இணைக்கப்பட்டுள்ளதால், விரலின் முனை ஒரு தொங்கலுக்கு இழுக்கப்படுகிறது. இரண்டும் ஒன்றாகச் செல்கின்றன.

சமநிலை தோல்வியடைய பல காரணங்கள் உள்ளன. சில சமயங்களில் அது விரலின் முனையிலிருந்து தொடங்குகிறது: சிகிச்சையளிக்கப்படாத **மாலெட் விரல்** (mallet finger - ஒரு தசைநார் காயத்திற்குப் பிறகு தொங்கும் விரல் முனை) தசைநார்களின் இழவிசையை மாற்றி, நடு மூட்டை மெதுவாக பின்னோக்கி சாய்க்கிறது. பெரும்பாலும் இது **அழற்சி மூட்டுவாதத்தால்**, குறிப்பாக **ரூமட்டாய்டு மூட்டுவாதத்தால்** (rheumatoid arthritis) இயக்கப்படுகிறது, இது பிணைப்புத் திசுக்களை நீட்டி மற்றும் பலவீனப்படுத்துகிறது. இது மூட்டுகள் தளர்வான தன்மை, பழைய காயங்கள் அல்லது தசை இறுக்கத்தை அதிகரிக்கும் நிலைகளுக்குப் பிறகும் ஏற்படலாம். தூண்டுதல் எ whateverதாயிருந்தாலும், இறுதி விளைவு ஒரே அடையாளம் காணக்கூடிய வடிவமாகும்.

இதற்கு நாங்கள் என்ன செய்யலாம்

மேட்டர் ப்ரைவேட் ஹாஸ்பிட்டல் ராக்ஹாம்ப்டனில் எங்கள் மேல் உறுப்பு சேவையை டாக்டர் கியரன் ஹிர்பாரா வழிநடத்துகிறார், இங்கு நோயாளிகளை ஆரம்ப அறிமுகத்திலிருந்து தெளிவான நிர்வாகத் திட்டம் வரை வழிநடத்துகிறோம். உங்கள் பயணம், விரலின் இயக்கத்தைப் புரிந்துகொண்டு நோயறிதலை உறுதிப்படுத்த ஒரு விரிவான கிளினிக் மதிப்பீட்டுடன் தொடங்குகிறது. நீண்டகால பிரச்சினைகளுக்கு நாம் பொதுவாக அறுவை சிகிச்சை அல்லாத சிகிச்சையுடன் தொடங்குகிறோம், அந்த அணுகுமுறை போதுமான நிவாரணத்தை அளிக்கவில்லை என்றால் மட்டுமே அறுவை சிகிச்சையைக் கருதுகிறோம்.

சரியான சிகிச்சை, விரல் எவ்வளவு நெகிழ்வாக உள்ளது மற்றும் அதை எது இயக்குகிறது என்பதைப் பொறுத்தது, எனவே முதல் படி எப்போதும் சரியான கை மதிப்பீடு மற்றும் அடிப்படை மூட்டுவாதத்தை சிகிச்சையளிப்பதாகும்.

விரல் இன்னும் நெகிழ்வாக இருந்தால் மற்றும் மூட்டு சுதந்திரமாக நேராகவும் வளைந்தும் செய்ய முடிந்தால், நாம் அறுவை சிகிச்சையின்றி தொடங்குவோம். ஒரு சிறிய, தனிப்பயனாக்கப்பட்ட **எண் எட்டு வடிவ மூட்டு** (சில நேரங்களில் ஒரு அழகான வெள்ளி-வளைய வடிவ மூட்டு) நடு மூட்டுக்கு குறுக்கே அமையும் மற்றும் விரல் வேலை செய்ய அனுமதிக்கும் போது பின்னோக்கி வளைவதை மெதுவாகத் தடுக்கும். பலர் இந்த வழியில் மிகவும் நன்றாக நிர்வகிக்கிறார்கள், மற்றும் கை சிகிச்சை மூட்டுகளை இயக்க வைக்க உதவுகிறது.

மூட்டு போதுமானதாக இல்லாவிட்டால், அல்லது விரல் சிக்கிக்கொண்டால், அறுவை சிகிச்சை அதை மீண்டும் சமநிலைப்படுத்தலாம். உங்கள் விரலுக்கு ஏற்ப பொருந்தும் வகையில் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட பல நெறிப்படுத்தப்பட்ட விருப்பங்கள் உள்ளன: உங்கள் சொந்த தசைநார் ஒன்றின் ஒரு பகுதியைப் பயன்படுத்தி நடு மூட்டை மீண்டும் இழுத்து இணைப்பது, அது பின்னோக்கி திடீரென்று வராமல் தடுக்கும் (**டெனோடெசிஸ்**); கைவிரல் பக்கத்தில் உள்ள தளர்வான கட்டியை இறுக்குதல்; அல்லது நழுவிய பக்க தசைநார்களை அவை இருக்க வேண்டிய இடத்திற்கு மீண்டும் நகர்த்துதல். மூட்டு மேற்பரப்பு மட்டுமே அரிக்கப்பட்டு கடினமாக இருந்தால் (நீண்டகால மூட்டுவாதத்தில் பொதுவானது), நாம் மாற்றாக மூட்டை ஒரு நல்ல வேலை செய்யும் நிலையில் இணைக்கலாம் அல்லது, தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட சந்தர்ப்பங்களில், அதை மாற்றலாம்.

எதிர்பார்க்க வேண்டியவை

விரல் இன்னும் நெகிழ்வாக இருக்கும்போது, ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறியப்பட்டால், எதிர்காலம் நல்லது; ஒரு ஸ்ப்ளின்ட் அல்லது மீண்டும் சமநிலைப்படுத்தும் அறுவை சிகிச்சை மூலம் மிகவும் பயனுள்ள, மென்மையான விரலை மீட்டெடுக்கலாம். மூட்டு அதிக கடினமாகவும், மூட்டு அழற்சியுடனும் மாறும்போது, விருப்பங்கள் குறைவாக இருக்கும், எனவே விரல் ஒரு நிலையில் நிலைப்படுவதற்கு முன் சிகிச்சை பெறுவது ஏன் முக்கியம் என்பதற்கு இதுவே காரணம்.

உங்களுக்கு அறுவை சிகிச்சை நடத்தப்பட்டால், ஒரு ஸ்ப்ளின்டில் ஒரு காலம் மற்றும் பின்னர் விரலை மீண்டும் பயிற்சி செய்வதற்கும் சிகிச்சையைப் பாதுகாப்பதற்கும் கை சிகிச்சையின் ஒரு வகுப்பு இருக்கும்; இந்த மறுசீரமைப்பு முடிவின் ஒரு உண்மையான பகுதி, ஒரு விருப்ப கூடுதல் அல்ல. அடிப்படை மூட்டு அழற்சி காரணமாக இருந்தால், உங்கள் ரியூமட்டாலஜி குழுவுடன் அதை நன்றாக கட்டுப்படுத்துவது மற்ற விரல்கள் அதே பாதையில் செல்வதைத் தடுக்கும்.

யாரிடம் செல்ல வேண்டும்

- ஒரு தட்டையான அல்லது **கீழே தொங்கும் விரல் முனை**, ஒரு மோதல் அல்லது அழுத்தம் காயத்திற்குப் பிறகு முழுமையாக நேராக மாறாது (மாலெட் விரல்); இதை ஆரம்பத்தில் சிகிச்சையளிப்பது பின்னர் ஸ்வான்-நெக் விரலைத் தடுக்கலாம்.
- ஒரு விரல் **நடு மூட்டுவில் பின்னோக்கி வளைக்கத் தொடங்குகிறது**, அல்லது வளைக்கும்போது அது பிடிபடுகிறது, துள்ளுகிறது அல்லது பூட்டப்படுகிறது.
- **கடுமையான தடிப்பு**, அல்லது ஒரு விரல் இப்போது ஒரு மென்மையான பிடியை உருவாக்கவில்லை.
- மாறும் விரல் வடிவங்களுடன் அறியப்பட்ட **ரூமட்டாய்டு அல்லது அழற்சி தசைநோய்**: விகாரம் நிலையானதாக மாறும் முன் மதிப்பாய்வு செய்ய மதிப்புள்ளது.