

Pilon fracture

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

Ang iyong nararamdaman

Ang pilon fracture ay isang bali sa ibabang dulo ng iyong shin bone (tibia), eksakto kung saan ito bumubuo ng ankle joint. Ang sakit ay nararamdaman nang malalim sa iyong bukung-bukong at ibabang bahagi ng binti, at karaniwang masakit sa magkabilang panig ng joint, hindi lamang sa isang spot. Dahil kasama ang mismong surface ng joint, ang kirot ay may tendensiyang kumalat sa buong bukung-bukong sa halip na manatili sa isang lugar.

Ang sakit ay karaniwang lumalala kapag ikaw ay nakatayo. Ang pagtayo, paglalakad, at pagtulak gamit ang paang iyon ay nagbibigay ng load sa napinsalang joint, kaya asahan na ang kirot ay tataas sa loob ng isang araw ng aktibidad. Karaniwan ang pamamaga sa paligid ng bukung-bukong, at maaari nitong gawing banat at sensitibo ang pakiramdam ng balat. Ang pagpapahinga nang nakataas ang paa ay madalas na nakakapagpababa ng mga sintomas. Maraming tao ang nakararanas na ang bukung-bukong ay matigas at masakit paggising, pagkatapos ay medyo lumuluwag habang sila ay gumagalaw.

Ang mga pang-araw-araw na gawain na nangangailangan ng matatag at walang sakit na bukung-bukong ay nagiging mahirap. Ang paglalakad papunta sa letterbox, pagtayo sa kitchen bench para magluto, pag-akyat sa hagdan, at pagpunta sa banyo nang walang suporta ay maaaring maging isang pakikibaka. Ang pagmamaneho ay maaaring hindi muna magawa sa loob ng ilang panahon kung ito ay ang iyong kanang bukung-bukong. Maging ang pagsusuot ng sapatos ay maaaring maging mahirap kapag ang bukung-bukong ay namamaga at matigas.

Ang pinsalang ito ay maaari ring magpahina sa iyo sa mga paraang hindi lamang pisikal. Ang sakit na naglilimita sa iyong pang-araw-araw na buhay sa loob ng maraming buwan, at ang problema sa pagtulog dahil sa bukung-bukong, ay maaaring makaapekto sa iyong mood at pangkalahatang wellbeing. Ito ay isang normal na tugon sa isang malalang pinsala, at mahalagang banggitin ito sa iyong care team kung nangyayari ito sa iyo.

Isang bagay pa na dapat malaman: ito ay isang pinsala kung saan mahalaga ang mga detalye. Ang posisyon ng mga nabaling piraso ng buto pagkatapos ng gamutan ay may tunay na epekto sa kung paano gagana ang bukung-bukong sa huli, at ang mga surgeon ay nagpapalano nang maigi tungkol sa soft tissue at pamamaga bago mag-opera. Tatalakayin ng iyong surgeon sa iyo ang plano para sa iyong partikular na fracture.

Ano ang aktwal na nangyayari

Ang iyong bukung-bukong ay isang mahigpit na socket na binuo ng tatlong buto: ang buto ng binti (shin bone) sa itaas, at dalawang mas maliliit na buto sa magkabilang panig na humahawak dito na parang isang clamp. Ang dulo ng buto ng binti na bumubuo sa bubong ng socket na iyon ay tinatawag na plafond. Sa isang pilon fracture, ang bubong na iyon ay nababali. Ang puwersa ay karaniwang nanggagaling nang direktso pababa sa pamamagitan ng paa, gaya ng sa pagkahulog mula sa mataas na lugar o sa banggaan ng kotse, at ang buto ng bukung-bukong (talus) ay tumutulak paitaas sa buto ng binti na parang isang martilyong nagpukpok ng pako sa isang piraso ng kahoy. Ang surface ng joint ay nadudurog sa maliliit na piraso.

Ang pinsala ay hindi lamang sa buto. Ang socket ay nababalutan ng makinis na cartilage, ang madulas na surface na nagpapahintulot sa joint na dumulas. Kapag ang bali ay dumaan sa surface na iyon, ang mga piraso ay maaaring maupo nang hindi pantay, at nawawala ang makinis na track ng bukung-bukong. Iyan ang dahilan kung bakit nangyayari ang pamamaga, ang malalim na kirot, at ang hrap sa pagtayo o paglakad (bearing weight) na kababasa mo lang: ang joint mismo ay sugatan, hindi lamang ang buto sa paligid nito.

Ang bukung-bukong ay mayroon ding malalakas na strap ng tissue na humahawak sa mga buto, kabilang ang isa sa panloob na bahagi na pumipigil sa joint na bumuka. Ang isang malakas na puwersa pababa ay maaari ring magdulot ng strain o pagkapunit sa mga ito. Sinusuri ng mga surgeon ang ilang bagay bago sabihing naka-align na muli ang bukung-bukong: ang dalawang buto sa gilid ay dapat bumalik sa kanilang buong haba, ang buto ng bukung-bukong (talus) ay dapat nakaupo nang square sa socket nang walang pagkiling (tilt), ang puwang sa panloob na bahagi ay dapat bumalik sa normal na lapad nito, at ang dalawang buto ng binti ay hindi dapat nahila nang magkahiwalay.

Mahalaga rin ang pamamaga rito. Maaari itong maging malala, at ang operasyon ay madalas na naghihintay ng 5 hanggang 14 na araw upang humupa ito nang sapat para ang balat ay ligtas na maisara pagkatapos. Ang pagmamadali sa pamamagitan ng namamagang balat na may mga paltos ay nagpapataas ng panganib ng problema sa sugat, kaya ang pagkaantala ay isang planadong bahagi ng paggamot, hindi isang pagkaantala lamang.

Ano ang maaari naming gawin tungkol dito

Ang unang hakbang ay madalas na isang temporary external frame. Ito ay isang scaffold sa labas ng iyong binti na humahawak sa buto upang manatiling steady habang humuhupa ang pamamaga. Pinoprotektahan nito ang napinsalang soft tissue, ang balat at kalamnan sa paligid ng bali, at nagbibigay ito ng oras bago ang anumang operasyon sa mismong buto. Ang paghihintay ng 5 hanggang 14 araw para humupa ang pamamaga ay isang planadong bahagi ng gamutan, hindi isang pagkaantala.

Ang mga scan ang humuhubog sa plano. Ang isang CT scan ay bumubuo ng detalyadong larawan ng mga nabaling piraso, at ang pagpapalano ng operasyon gamit ang mga imaheng iyon ay tumutulong upang maibalik ang joint surface at nagpapababa ng tsansa ng problema sa sugat. Kapag handa na ang balat, ang karaniwang operasyon ay open reduction and internal fixation. Sa simpleng pananalita, binubuksan namin ang bukung-bukong, muling binubuo ang nadurog na joint surface, at hinahawakan ang mga piraso gamit ang plate at mga

screw. Ang approach na ginagamit namin ay depende sa kung nasaan ang iyong partikular na fracture, at ang ilang pattern ay naaabot sa pamamagitan ng mga incision sa likod o sa inner side ng bukung-bukong.

Para sa mga fracture kung saan ang buto ay nabali sa napakaraming piraso upang muling mabuo, o kung saan ang soft tissue ay hindi ligtas na papayagan ang mga plate, may iba pang mga opsyon. Ang isang external frame ay maaaring maging pangunahing gamutan sa halip na pansamantala lamang. Para sa isang maliit na grupo ng mga malalang pinsala, ang pag-fuse ng bukung-bukong, ang pagsasama ng buto ng binti (shin bone) at ng buto ng bukung-bukong (talus) sa isang solidong block, ay maaaring maging pagpipilian. Ang isang rod mula sa heel patungo sa shin ay isa pang opsyon para sa ilang pasyente, at maaari nitong payagan ang paglalagay ng weight sa paa agad pagkatapos ng operasyon.

Ang mga open fracture, kung saan ang buto ay bumabali sa pamamagitan ng balat, ay nangangailangan ng extra na pag-iingat. Nililinis namin nang mabuti ang sugat, gumagamit ng mga antibiotic, at madalas na nagsisimula sa isang external frame bago lumipat sa susunod na yugto. Ang mga early movement exercise pagkatapos ng operasyon ay tumutulong sa paggaling ng bukung-bukong at nagbabawas ng mga komplikasyon, at gagabayan ka namin sa mga ito pagdating ng panahon.

Ano ang dapat asahan

Ang pilon fracture ay isang malalang pinsala, at katotohanang maaaring maging mahaba ang proseso ng paggaling. Higit tatlong taon matapos ang pinsala, ang ilang mga tao ay nararamdaman pa rin ang mga epekto nito sa kanilang kalusugan at kagalingan. Ang iyong kalagayan ay nakadepende nang malaki sa kung gaano kalala ang pinsala sa buto at soft tissue noong una, at sa kung gaano kahusay na naibalik ang joint surface. Ang mga mas malalang pinsala ay may tendensiyang magkaroon ng mas hindi magandang resulta.

Naaapektuhan ng pinsalang ito ang kalidad ng buhay anuman ang gamiting gamutan, dahil ang pinsala mismo ay malala. Hindi ito dahilan upang mawalan ng pag-asa, ngunit mahalagang malaman ito nang maaga. Ang mga bagay na pinakamahalaga ay ang maingat na pagpapalano bago ang operasyon, maingat na teknik, at pagbibigay ng oras upang humupa ang pamamaga bago operahan. Kapag ang joint surface ay naibalik nang maayos, may patas na pagkakataon ang bukung-bukong (ankle) na magsilbi nang maayos sa iyo. Kapag ang mga piraso ay hindi pantay na nailagay, ang bukung-bukong ay may tendensiyang magbayad nito sa huli.

May mga tunay na panganib na dapat malaman. Ang malalim na impeksyon na nangangailangan ng karagdagang operasyon ay nangyayari sa maliit na bilang ng mga kaso, humigit-kumulang 6% kapag ang buto ay naayos nang maaga sa mga angkop na pasyente. Ang mga problema sa sugat ay ang komplikasyong kilala sa pinsalang ito, kaya naman ang iyong surgeon ay nagpapalano nang maingat at madalas na naghihintay na humupa ang pamamaga. Ang ilang mga tao ay nagkakaroon ng arthritis sa bukung-bukong sa paglipas ng panahon, at ang hardware na humahawak sa buto ay maaaring mabali o lumuwag paminsan-minsan. Kung mayroon kang ibang kondisyong pangkalusugan, gaya ng diabetes o mga problema sa mga nerve sa iyong mga paa, ang paggaling ay maaaring mas mabagal at ang mga resulta ay hindi gaanong predictable.

Ang pag-iwan sa isang displaced pilon fracture nang walang gamutan ay hindi isang mabuting opsyon. Ang joint surface ay mananatiling pira-piraso, at bilang resulta, mas mabilis na mapupudpod ang bukung-bukong. Kapag napamahalaan nang maayos, karamihan sa mga tao ay nakakabalik sa pang-araw-araw na buhay,

bagaman ang ilan ay naiiwang may paninigas, pananakit tuwing malamig na panahon, o isang joint na hindi na kailanman mararamdamang katulad ng dati. Babantayan ka ng iyong care team sa loob ng hindi bababa sa isang taon, dahil ang mga impeksyon ay madalas na lumalabas sa panahong iyon. Magtanong sa anumang oras. Ang pag-alam sa kung ano ang naghihintay sa hinaharap ay nagpapadali sa pagdaan sa mga susunod na buwan.

Kailan dapat magpatingin

Ang pilon fracture ay isang emergency. Pumunta sa emergency department kung ikaw ay nahulog mula sa mataas na lugar o nakaranas ng iba pang mabigat na impact at ang iyong bukung-bukong ay sobrang sakit, namamagâ, o hindi mo kayang itukod. Ganoon din kung ang buto ay lumabas sa balat, o kung ang balat ay banat na banat at may mga paltos sa ibabaw ng sobrang namamagâ na bukung-bukong. Ang mga pinsalang ito ay nangangailangan ng agarang pagsusuri, hindi appointment sa GP.

Pagkatapos ng gamutan, magpatingin agad sa iyong GP kung mapansin ang kumakalat na pamumula, init, o paglabas ng likido mula sa sugat, o kung magkaroon ka ng lagnat. Ang malalim na impeksyon ay isang kilalang panganib sa pinsalang ito, at madalas itong lumalabas sa loob ng unang taon. Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung ang sakit at pamamaga ay hindi humuhupa ayon sa inaasahan, o kung ang iyong bukung-bukong ay hindi bumubuti sa mga buwan pagkatapos ng operasyon.