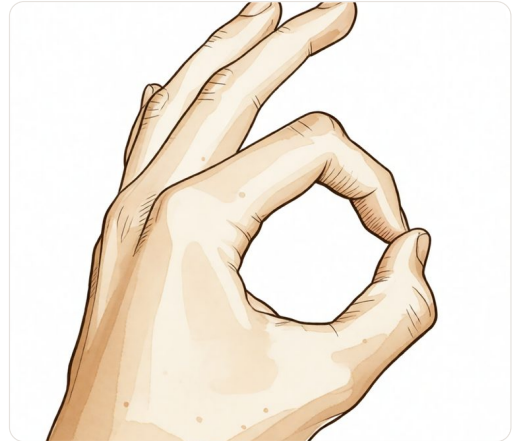


Sindrom ng Pronator at Sindrom ng Anterior Interosseous Nerve



Ang 'OK sign' na pagsusuri: sa kaso ng palsy ng anterior interosseous nerve, hindi makabuo ng bilog ang hinlalaki at hintuturo, sa halip ay magiging patag ang pagpipit.

Wikimedia Commons ('OK Sign'), CC BY 2.5

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

Ano ang nararamdaman mo

Ang dalawang kondisyong ito ay parehong nagmumula sa **median nerve** na pinipisil sa mataas na bahagi, sa paligid ng siko at itaas na bahagi ng braso, imbes na sa pulso kung saan ito karaniwang pinipisil (carpal tunnel syndrome). Magkaiba ang pakiramdam nito sa isa't isa.

Ang **Pronator syndrome** ay karaniwang nagdudulot ng malalim, masakit, at nakakapagod na sakit sa harap ng braso, na madalas na lumalala sa paulit-ulit na pag-ikot ng braso (pag-ikot ng screwdriver o susi, pagpiga ng tela) o sa mabigat na pagkapit. Maaari mo ring maranasan ang pakiramdam ng pamamanhid o kawalan ng pakiramdam sa hinlalaki, hintuturo, at gitnang daliri, pati na rin sa palad at sa malambot na base ng hinlalaki. Hindi tulad ng carpal tunnel syndrome, karaniwan itong hindi nagpapagising sa gabi, at ang hindi komportableng pakiramdam ay mas nararamdaman sa braso kaysa sa kamay.

Ang **Anterior interosseous nerve (AIN) syndrome** ay iba naman. Karaniwan itong nagdudulot ng kaunti o walang pamamanhid. Sa halip, ito ay isang problema sa kahinaan: ang mga kalamnan na yumuyuko sa dulo ng iyong hinlalaki at hintuturo ay humihinto sa pagtatrabaho nang wasto. Ang klasikong senyales ay ang hindi pagkakaroon ng kakayahang gumawa ng normal na bilog na "OK" na senyales: kapag sinubukan mong pindutin ang dulo ng iyong hinlalaki sa dulo ng iyong hintuturo, ang pindot ay bumabagsak sa patag o tatsulok na hugis. May ilang tao ang nakakaramdam ng maikling panahon ng sakit sa braso o balikat bago lumabas ang kahinaan.

Ano ang nangyayari

Isang malaking nerbiyos, ang median nerve, ang dumadaan mula sa leeg, pababa sa braso, pumapasa sa harap ng siko, at pumasok sa kamay. Ito ang nagdadala ng **pakiramdam** (para sa isang bahagi ng kamay) at **lakas** (para sa ilang kalamnan).

Sa **pronator syndrome**, pinipindot o nalulugmok ang nerbiyos habang ito dadaan sa masisikip na espasyo sa siko at sa itaas ng forearms. Maaari itong pindutin ng masisikip na banda ng tisyu malapit sa liko ng siko, o habang ito dumadaan sa pagitan o sa ilalim ng mga kalamnan na nagpapababa ng palad. Dahil ang pindot ay nasa mataas na bahagi (sa itaas ng pulso), ang mga sintomas ay kasama ang palad at ang base ng hinlalaki, na ito ang pangunahing senyales na naghihiwalay dito sa carpal tunnel syndrome.

Sa **AIN syndrome**, ang problema ay tumatama sa isang malalim na sanga ng median nerve na nagdadala lamang ng lakas, walang pakiramdam, kaya may kahinaan ngunit walang pamamanhid. Sa maraming tao, hindi ito simpleng “pindot” kundi mas parang pag-irita o pamamaga ng nerbiyos (minsan pagkatapos ng impeksyong viral o para sa walang malinaw na dahilan), na bahagi ng dahilan kung bakit ito madalas ay gumagaling nang sarili.

Ano ang maaari naming gawin dito

Para sa parehong kondisyon, ang unang hakbang ay halos laging hindi pampabutas (non-surgical), at para sa AIN syndrome partikular, ang pagiging matiyaga ay kadalasang may kapalit na resulta.

Pagpapahinga ng sitwasyon. Ito ay nangangahulugang pagbabago sa mga aktibidad na nagpapalala nito (pagbabawas sa paulit-ulit na pag-ikot at mahigpit na pagkapit), minsan ay paggamit ng splint o brace upang pahintulutan ang braso na magpahinga, at pagbibigay ng oras sa nerbiyo. Ang mga simpleng hakbang para sa pagpapagaan ng sakit ay tumutulong sa pangungulila.

Pagbantay habang naghihintay. Ang kahinaan ng AIN ay madalas na gumagaling sa sarili nito sa loob ng ilang buwan, kaya ang karaniwang plano ay manatiling magbantay at maghintay, kadalasan sa loob ng tatlo hanggang anim na buwan, bago isaalang-alang ang anumang karagdagang hakbang. Maraming tao ang nakakabalik ng kanilang lakas sa loob ng panahong iyon nang walang operasyon. Maaaring ayusin ang mga pagsus tulad ng mga pagsusuri sa nerbiyo o isang scan sa paglipas ng panahon upang kumpirmahin ang diagnosis at subaybayan ang paggaling.

Ang operasyon ay inialok lamang sa iilan na hindi gumagaling: pronator syndrome na nananatiling masakit kahit may sapat na pagsubok ng pahinga at pagbabago ng aktibidad, o kahinaan ng AIN na walang senyales ng paggaling pagkatapos ng isang panahon ng pagbantay. Ang operasyon ay naglilaya sa mga mahihigpit na estruktura na pumipindot sa nerbiyo upang ito ay makagaling.

Ano ang inaasahan

Ang parehong kondisyon ay karaniwang may magandang prognosis. Ang AIN syndrome, partikular, ay may malakas na kagustuhang gumaling nang sarili, kaya hindi tayo nagmamadali sa operasyon. Ang paggaling ay unti-unti, sinusukat sa mga buwan imbes na linggo, kaya't nangangailangan ito ng pagiging matiyaga, at susuriin ang iyong pag-unlad sa paglipas ng panahon.

Kapag hindi sapat ang non-surgical na paggamot at kailangan ng operasyon, ang pagpapalaya ng nerbiyos ay karaniwang nagpapagaan ng sakit sa pronator syndrome at nagbibigay ng pinakamataas na pagkakataon para bumalik ang lakas sa AIN syndrome, bagama't mabagal ang paggaling ng mga nerbiyos at patuloy na lumalala ang pag-unlad sa loob ng maraming buwan pagkatapos.

Kailan kumonsulta sa doktor

- **Masakit na forearm na may pamamanhid o pangangati sa hinlalaki, hintuturo, at gitnang daliri, lalo na kung nararamdaman mo rin ito sa palad at base ng hinlalaki**, at mas lalong lumala ito kapag nag-iikot o humahawak ng bagay.
- **Biglang hirap sa paggawa ng normal na "OK" na senyales**, o kahinaan sa pagpipitak ng dulo ng hinlalaki laban sa hintuturo.
- **Mga sintomas sa forearm o kamay na hindi nawawala** kahit magpahinga at baguhin ang mga gawain, o kahinaan na hindi bumabalik pagkatapos ng ilang buwan.
- Maikling panahon ng sakit sa balikat o braso na sinundan ng kahinaan sa kamay, na dapat pagsuriin, dahil maaaring ito ay senyales ng problema sa nerbiyos na mas epektibo kung maagang matukoy.