

# Arthritis ng PIP Joint

Isang kamay na apektado ng arthritis — makikita ang pamamaga at depekto sa mga kasukasan ng daliri.

PhilipPirrip / Wikimedia Commons, CC BY 4.0



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

## Ano ang nararamdaman mo

Maaaring mararamdaman mo ang sakit sa gitnang kasukasan ng iyong daliri, na kilala bilang proximal interphalangeal joint. Ang sakit na ito ay madalas na dulot ng wear-and-tear arthritis o pinsala mula sa nakaraang sugat. Maaaring imungkahi ng iyong doktor ang operasyong ito lamang kung ang sakit ay maging sobrang lakas na na hinihinto kang gawin ang mga pang-araw-araw na gawain. Maaaring mapansin mo na lumalala ang sakit pagkatapos mong gamitin ang iyong kamay o kapag gumising ka sa umaga.

Ang mga simpleng kilos ay maaaring maging napakahirap. Maaaring mahirapan kang umabot sa likod ng iyong likod upang i-fasten ang bra o itago ang iyong kamiseta. Maaaring maging matigas ang kasukasan, na nagpapatibay sa pagbaluktot o pagtuwid ng iyong daliri nang buo. Sa ilang kaso, maaaring hindi gumalaw ang kasukasan nang mabuti kumpara noong una, at maaaring lumala ang range of motion na ito sa paglipas ng panahon. Kung mayroon kang rheumatoid arthritis, ang maagang paggamit ng partikular na mga gamot ay maaaring makatulong na mapabuti ang iyong pakiramdam.

Habang ang proseso ng sakit ay kumplikado, maaari kang mag-expect ng pagpapagaan ng sakit at mas mahusay na function pagkatapos ng operasyon. Maraming pasyente ang nakakita na ang surface replacement ng kasukasan ay nagbibigay ng mahusay na pagpapagaan ng sakit na may kaunting problema. Gayunpaman, dapat mong malaman na maaaring bahagyang bumaba ang movement sa iyong daliri habang tumatagal ang panahon. Kung mayroon kang contracture kung saan ang daliri ay nakakulong sa pagbaluktot, maaaring tumulong ang serial casting upang ayusin ito bago o pagkatapos ng operasyon. Ang iyong doktor ay susuriin kung ang prosedurang ito ay angkop para sa iyo batay sa iyong partikular na mga sintomas at kondisyon ng kasukasan.

## Ano ang nangyayari talaga

---

Sa iyong daliri, ang makinis na patong sa mga dulo ng buto, na tinatawag na kartilago, ay unti-unting nasusira sa paglipas ng panahon. Ang arthritis na dulot ng pagkasira (wear-and-tear) ay parang shock absorber na nawalan ng cushion. Habang pinapaliliit ng kartilago, ang mga buto ay magkaka-ikot, na nagdudulot ng sakit at stiffness. Maaaring mapansin mo na mas maliit ang range of motion na iyong ginagamit kapag nagtatrabaho sa pang-araw-araw na gawain dahil hindi na makinis ang paggalaw ng joint.

Mas malalim ang problema kaysa sa buto lamang. Ang mga tendon, na parang mga lubid ng hibla na nag-uugnay ng kalamnan sa buto, ay nagbabago nang maaga sa sakit. Ang mga tendon na ito ay tumatawid sa maraming joint, kaya ang pagbabago sa isang lugar ay nakakaapekto sa kung paano gumagalaw ang iyong buong daliri. Ang interdependency na ito ay nangangahulugang kapag nagbabago ang isang bahagi ng iyong daliri, ang iba ay nahihirapan na sumunod. Sa paglipas ng panahon, ang mga pagbabago sa mga tendon at kaugnay na istruktura ay nagdudulot ng mga deformity na iyong nakikita.

Napapansin ng iyong surgeon na ang prosesong ito ay pinapagana ng kung paano ang mga puwersa ay dumadaloy sa iyong kamay. Ang mga babaeng may kondisyong ito ay madalas na may malaking pagbaba ng puwersa sa kamay, na may mean na pagbaba ng 30% sa karamihan ng mga uri ng puwersa. Ang compressive shear forces ay maaari ring siraan ang joint sa paglipas ng panahon, na nagdudulot ng karagdagang pagkasira. Kapag ang joint capsule, ang sleeve sa paligid ng joint, at ang mga ligament ay nawalan ng stability, ang mga buto ay lumilipat. Ang paglipat na ito ang nagdudulot ng sakit at limitadong function na nagpapadala sa iyo upang makita ang iyong surgeon.

## Ano ang maaari naming gawin para dito

---

Ang iyong paglalakbay ay madalas na nagsisimula sa pamamahala ng sarili at pisyikal na terapiya. Kung mayroon kang mahigpit na daliri, ang serial casting ay isang epektibong paraan upang ayusin ang flexion contractures sa mga napiling pasyente na may arthritis. Ang prosesong ito ay tumutulong sa iyo na muling makuha ang galaw nang walang operasyon. Maaari ring irekomenda ng iyong doktor ang mga ehersisyo upang panatilihin ang kasukasan. Dapat mong bigyan ng patas na pagkakataon ang mga opsyong ito na hindi operasyon bago isaalang-alang ang mas invasive na hakbang.

Kung hindi sapat ang simpleng pag-aalaga, maaaring talakayin ng iyong doktor ang medikal na pamamahala. Habang ang ebidensya ay hindi naglalarawan ng mga tiyak na pangalan ng gamot o uri ng inyeksyon para sa kasukasuan ito, kumpirmado nito na ang pagpapagaan ng sakit ay isang pangunahing layunin. Para sa ilang tao, ang pokus ay nananatili sa pamamahala ng mga sintomas upang mapanatili ang function. Kung ang arthritis ay nagdudulot ng invalidating na functional na sakit, maaaring isaalang-alang ng iyong doktor ang mga tiyak na opsyon sa operasyon tulad ng prosthesis na TACTYS sa napakataas na antas. Gayunpaman, para sa marami, ang pokus ay nasa pagpapanatili ng maayos na pagtatrabaho ng kasukasuan habang pinamamahalaan ang discomfort.

Kapag naabot na ng conservative na pag-aalaga ang hangganan nito, ang operasyon ay nagiging isang maaasahang opsyon. Ang proximal interphalangeal joint implant arthroplasty ay isang magandang at

maaasahang pagpipilian para sa symptomatic arthritis sa tamang klinikal na setting. Ang prosedurang ito ay maaaring magbigay ng maaasahang, pangmatagalang pagpapagaan ng sakit at pagpapanatili ng function. Karamihan sa mga pasyente ay bumabalik sa trabaho pagkatapos ng median na 8 linggo pagkatapos ng operasyong ito. Habang maaaring mas maging maganda ang pakiramdam ng kasukasuan, dapat mong paalalahanan na ang range of motion ay maaaring magkaroon ng paglala sa paglipas ng panahon sa ilang mga implant. Ang iyong doktor ay tutulong sa iyo na desisyunin kung ito ba ang tamang hakbang para sa iyong tiyak na daliri.

## Kailan kumonsulta sa doktor

---

Maghingi ng pagsusuri ng espesyalista kung mayroon kang patuloy na sakit mula sa osteoarthritis o post-traumatic arthritis na hindi gumagaling kahit magpahinga. Humingi ng tulong kung mararamdaman mo ang kahinaan, kawalan ng katatagan, o pagkakasara ng iyong daliri. Kontakin ang iyong doktor kung ang mga sintomas ay nakakaapekto sa iyong tulog o trabaho. Dapat ka ring humingi ng payo kung mapansin mo ang biglaang paglala ng iyong kondisyon. Magkaroon ng kamalayan na maaaring magluma ang saklaw ng galaw sa paglipas ng panahon. Kung mayroon kang diabetes, talakayin ang mas mataas na panganib ng mga komplikasyon sa iyong surgeon bago isaalang-alang ang operasyon.