

Fracture ng tibial plateau

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

Ang iyong nararamdaman

Ang tibial plateau fracture ay isang bali sa itaas na bahagi ng iyong shin bone (buto sa binti), kung saan nabubuo ang ibabang kalahati ng iyong knee joint (kasukasuan ng tuhod). Karaniwang namamagâ at maselan ang tuhod, at maaaring magmukhang hindi pantay ang hugis nito. Ang pamamaga ay nagmumula sa pagdurugo sa loob ng joint, na maaaring magbigay sa tuhod ng malambot at parang masa (doughy) na pakiramdam.

Ang sakit ay nararamdaman nang malalim sa tuhod at sa itaas na bahagi ng shin. Karaniwan itong lumalala kapag sinusubukan mong lagyan ng bigat ang binti, pinihit ang tuhod, o itinuwid ito laban sa resistance. Ang pagtayo mula sa upuan, pag-akyat sa hagdan, at pagpasok o paglabas ng kotse ay nagiging mahirap dahil binibigatan nito ang bali na buto. Ang paglalakad sa anumang distansya ay madalas na masyadong masakit nang walang suporta, at maraming tao ang nangangailangan ng crutches sa mga unang araw.

Ang sakit ay madalas na sumisidhi sa gabi at pagkatapos tumayo o maglakad, kahit sandali lamang. Karaniwang humuhupa ito kapag nagpapahinga nang nakataas ang binti. Maaaring maramdamang maluwag ang tuhod o biglang bumibigay, lalo na kung ang fracture ay nagdulot ng paggalaw sa joint surface.

Ang ilang fracture ay nangyayari pagkatapos ng pagkahulog mula sa mataas na lugar, aksidente sa kotse, o pagkabangga ng kotse habang naglalakad. Ang iba naman ay mula sa simpleng pagkadapa o twisting injury, na mas madalas mangyari sa mga matatandang buto na nawalan na ng lakas. Sa anumang paraan, ang puwersang nagpabali sa buto ay maaari ring makapinsala sa mga soft tissue sa paligid ng tuhod, kabilang ang mga cartilage pad at ang mga ligament na nagpapanatili sa katatagan ng joint.

Bantayan ang mga warning sign sa unang ilang araw. Ang matinding sakit na tila higit pa kaysa sa mismong pinsala, isang banat at sobrang namamagang calf (binti), pins and needles o pamamanhid sa paa, o isang paa na mukhang maputla ay nangangailangan ng urgent review. Maaari itong magsenyas ng pag-iipon ng pressure sa mga muscle compartment ng ibabang binti, na nangangailangan ng agarang gamutan. Ang pamamanhid o panghihina sa paligid ng paa at ankle ay maaari ring mangahulugan na may nerve na nabanat dahil sa pinsala. Ipaalam agad sa iyong care team kung lumitaw ang alinman sa mga ito.

Ano ang aktwal na nangyayari

Ang itaas na bahagi ng iyong shin bone (tibia) ay lumalapad tungo sa dalawang bilugang platform na nakikipag-ugnay sa thighbone (femur) at pumapasan ng iyong timbang. Isipin ang mga ito bilang dalawang haligi na humahawak sa isang bubong. Ang haligi sa panlabas na bahagi ay mas maliit at bahagyang mas mahina. Dahil mas mahina ito, ito ang karaniwang unang bumibigay. Sa karamihan ng mga fracture na ito, ang panlabas na platform ang bahaging nababali.

Ang puwersang gumagawa nito ay karaniwang kombinasyon ng dalawang bagay: ang pagtiklop ng binti nang patagilid, at ang timbang ng iyong katawan na tumutulak nang direktong pababa sa buto. Madalas itong nangyayari kapag bumagsak ka nang mabigat sa isang tuwid at nakatukod na binti, gaya ng pagkahulog mula sa mataas na lugar. Kapag ang buto ay naitulak pababa at nadurog sa halip na malinis na nahati, ang joint surface ay lumulubog sa ibaba ng normal nitong lebel. Ang lubog na bahaging iyon ang dahilan kung bakit napakasakit ng pagtayo o paglakad (weight-bearing) at maaaring magdulot ng pakiramdam na hindi matatag ang tuhod.

Ang pattern ay nakadepende nang malaki sa mismong buto. Ang matitibay at mas batang buto ay may tendensiyang mag-crack at mahati sa mga piraso na nananatili nang halos nasa pwesto. Ang mas matandang buto na nawalan na ng tibay ay may tendensiyang ma-compress at mayupi sa halip, gaya ng isang malambot na biskwit na dinidiinan ng hinlalaki. Ang ilang mga fracture ay kinakasangkutan ng parehong platform, na karaniwang nangangahulugan ng mas malakas na puwersa at mas malalang pinsala.

Ang parehong puwersa ay maaari ring makapinsala sa mga soft tissue sa loob ng tuhod. Ang dalawang cartilage pad na nagsisilbing shock absorber sa pagitan ng mga buto, at ang mga ligament na humahawak sa joint upang manatiling matatag, ay maaaring mabanat o mapunit. Ito ang dahilan kung bakit ang ilang tuhod na may mga fracture na ito ay nakakaramdam ng pagkaluwag o bumibigay, at hindi lamang basta masakit.

Kung ang bali ay nag-iiwan sa joint surface na hindi pantay, o hinahayaang lumaylay ang tuhod tungo sa hugis na knock-kneed o bow-legged, ang load sa joint ay hindi na nahahati nang pantay. Ang hindi pantay na loading na ito ang kailangang gamutin sa mga pinsalang ito upang maiwasan, dahil maaari itong magdulot ng wear-and-tear arthritis at pangmatagalang problema sa paglalakad.

Ano ang maaari naming gawin tungkol dito

Ang mga X-ray ay nagbibigay ng mabilis na unang larawan ng bali. Ang CT scan ay bumubuo ng mas detalyadong view ng joint surface at karaniwang ginagawa bago ang anumang operasyon. Ang MRI scan ay hindi routine, ngunit maaari nitong matukoy ang pinsala sa mga ligament at cartilage pad sa loob ng tuhod na hindi nakikita ng ibang scan.

Dahil ito ay isang acute injury, maaaring irekomenda agad ang surgery, nang walang pagsubok muna ng non-operative care. Gayunpaman, hindi lahat ng mga bali na ito ay nangangailangan ng operasyon. Kung ang bali ay hindi naglipat sa joint surface, o maliit lamang ang lubog dito at stable ang iyong tuhod kapag sinuri, maaari namin itong gamutin nang walang surgery. Karaniwan itong nangangahulugan ng isang hinged brace na hinahayaan ang tuhod na gumalaw nang maaga habang pinoprotektahan ang bali, kasama ang mga saklay at limitasyon sa kung gaano karaming bigat ang ilalagay mo sa binti sa simula. Ang physiotherapy ay nagsisimula

nang maaga at naglalayong ibalik ang paggalaw at lakas habang gumagaling ang buto. Para sa mga mas matanda o hindi gaanong aktibong tao, o kapag ang ibang problema sa kalusugan ay ginagawang risky ang surgery, ang maliit na halaga ng hindi pagkakapantay-pantay sa joint surface ay madalas na maaaring pakisamahan.

Isinasalang-alang ang surgery kapag ang bali ay naglipat sa joint surface, kapag ang tuhod ay hindi inaasahang magtutugma at mananatiling steady nang kusa, o kapag ang tuhod ay unstable. Ang isang split piece ng buto, isang lubog na sumasakop sa higit sa kalahati ng outer platform, isang bali na kinasasangkutan ng maliit na buto sa gilid ng tuhod, o isang tuhod na naitulak sa isang knock-kneed position ay pawang mga malakas na senyales na kailangan ng surgery. Ang layunin ng operasyon ay iangat ang lubog na joint surface pabalik sa normal na antas nito, panatilihin ang mga piraso sa lugar gamit ang mga plate at screw, at ibalik ang pantay na loading sa buong tuhod upang gumalaw ito nang maayos nang walang sakit o pagbigay. Minsan, isang bone graft o isang espesyal na bone cement ang ginagamit upang punan ang puwang na naiwan sa ilalim ng iniangat na surface at suportahan ito habang gumagaling. Kung paano kami nagdedesisyon, at kung ano ang kinapapalooban ng operasyon, ay nakasaad sa pahina ng operasyon.

Ano ang dapat asahan

Karamihan sa mga tibial plateau fracture ay sumusunod sa isang predictable na pattern sa loob ng ilang linggo hanggang buwan. Ang matinding sakit sa mga unang araw ay nababawasan habang naghihilom ang buto, at ang pamamaga ay unti-unting bumababa. Ang paggalaw at lakas ay dahan-dahang bumabalik sa pamamagitan ng physiotherapy, at normal lamang na ang pag-unlad ay maramdamang gradual sa halip na steady. Gayunpaman, ang tuhod na nagkaroon ng pinsalang ito ay bihirang bumalik sa dating pakiramdam. Ang tuhod ay karaniwang hindi gaanong gagana kumpara sa iyong kabilang tuhod, at ang mga fracture na kinasasangkutan ng parehong platform ay may tendensiyang mag-iwan ng mas matagal na paninigas at panghihina kaysa sa mga nakakaapekto sa isang panig lamang.

Kung maliit ang bali at stable ang iyong tuhod, maaaring maging epektibo ang paggamot nang walang operasyon. Kayang tanggapin ng joint surface ang kaunting hindi pagkakapantay-pantay, at ang mga napiling fracture na ginamot sa paraang ito ay gumagaling na may mabuting function. Ang malala at nakakapanghina na wear-and-tear arthritis pagkatapos ng ganitong uri ng paggamot ay napakabihira. Ang operasyon para sa isang shifted o unstable na bali ay naglalayong ibalik ang pantay na loading sa buong tuhod, at ang mga maingat na napiling pasyente ay maaari ring asahan ang mabubuting resulta mula rito. Ang pag-iwan sa isang badly displaced fracture na hindi ginagamot ay ang mas mapanganib na landas: ang tuhod ay maaaring maging knock-kneed o bow-legged, na nagpapabigat sa isang panig ng joint nang hindi pantay, nagpaparamdam na unstable ang tuhod, at maaaring makaapekto sa iyong balanse at humantong sa pagkahulog.

Ang paggaling ay hindi natatapos sa buto. Ang ilang mga tuhod ay patuloy na nakakaramdam ng pagiging maluwig o bumibigay pagkatapos gumaling ng fracture, at ang iyong walking pattern at kalidad ng buhay ay maaaring manatiling medyo kakaiba sa loob ng mahabang panahon. Ang pagbabalik sa sports ay nangangailangan ng pasensya. Mas mababa sa kalahati ng mga skier na may ganitong fracture ang nakabalik sa slopes tatlong taon pagkatapos ng operasyon, bagaman ang mga tao ay karaniwang bumabalik sa recreational sport sa dahan-dahang dumaraming bilang habang lumilipas ang panahon. Sa positibong panig, ang mga score na iniuulat ng mga pasyente tungkol sa kanilang sariling tuhod ay patuloy na bumubuti lampas sa unang taon.

Kakaunting tao ang nangangailangan ng karagdagang operasyon kalaunan. Ang mga mas matandang pasyente at ang mga may mas malalang fracture ay mas malamang na mangailangan ng total knee replacement sa hinaharap, at ang tuhod na naiwang unstable o hindi gumaling ay may tendensiyang mangailangan nito nang mas maaga. Ang mga seryosong maagang komplikasyon ay hindi karaniwan ngunit totoo, kaya panatilihin ang iyong mga follow-up appointment at iulat ang anumang pakiramdam na mali.

Kailan dapat magpatingin

Pumunta sa emergency department kung mayroon kang matinding sakit na tila higit pa kaysa sa mismong pinsala, isang matigas at sobrang namamagang binti (calf), pangingilig o pamamanhid sa paa, o maputlang paa. Ang mga ito ay maaaring hudyat ng pag-iipon ng pressure sa loob ng mga kalamnan ng ibabang bahagi ng binti, isang kondisyon na tinatawag na compartment syndrome. Nangangailangan ito ng emergency assessment at gamutan sa mismong araw na iyon. Pumunta rin agad sa ospital kung ang iyong paa ay malamig, manhid, o mahina, na maaaring mangahulugang may napinsalang blood vessel o nerve. Ang normal na pulso ay hindi nag-aalis ng posibilidad na ito, kaya anumang pagkakaiba sa pagitan ng dalawang binti ay mahalaga. Magpatingin agad sa iyong GP para sa namamaga at masakit na tuhod pagkatapos ng pagkahulog o pagkapilay na hindi humuhupa, lalo na kung ang tuhod ay mukhang wala sa porma o bumibigay.