

Paglilinis ng kapsula

Ang balikat ay nasa loob ng matibay na fibrous capsule (ipinapakita dito na distended). Sa frozen shoulder, ang capsule ay nag-iipit at nagiging masikip; ang capsular release ay nagputol ng contracted tissue upang malaya ang joint.

Kieran Hirpara © ① ④ 4.0



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

Bakit inirerekomenda ang operasyong ito

Inirekomenda ng iyong doktor ang arthroscopic capsular release dahil naging matigas at masakit ang iyong balikat, na madalas tinatawag na frozen shoulder o adhesive capsulitis. Ang prosedurang ito ay gumagamit ng maliit na camera at dalawa o tatlong maliit na hiwa upang dahan-dahang paluwagin ang masikip na tisyu sa loob ng iyong joint. Karaniwang inaalok lamang ito sa iyo pagkatapos na mabigo ang mga non-surgical na opsyon tulad ng paghuhubog at physiotherapy sa loob ng 9 hanggang 12 na buwan.

Karamihan sa mga taong may maagang pagkakatigas pagkatapos ng rotator cuff repair ay gumagaling nang hindi nangangailangan ng operasyong ito, ngunit ito ay isang maaasahang paraan upang muling makakuha ng galaw para sa maingat na piniling mga pasyente. Inaasahan mo ang halos agad na pagpapagaan ng sakit at makabuluhang pagpapabuti sa iyong range of motion, na madalas na mas mabilis kaysa sa mga injection o therapy lamang. Ang pangunahing layunin ay ibalik ka sa normal na pag-andar at bawasan ang sakit upang muling makagalaw ang iyong balikat nang malaya.

Bago ang operasyon

Kailangan mong mag-fasting ng ilang oras bago ang iyong operasyon at itigil ang pag-inom ng ilang mga gamot ayon sa payo ng iyong doktor. Mangyaring mag-ayos ng kaibigan o kamag-anak na magdadala sa iyo pauwi, at magsuot ng komportableng damit. Malamang na kailanganin kang magpa-X-ray, MRI, o blood test upang suriin ang iyong balikat at pangkalahatang kalusugan. Tumutulong ang mga pagsusuri na ito sa iyong doktor na magplano ng pinakamainam na paraan para sa iyo. Isasagawa ng iyong doktor ang operasyong ito gamit ang arthroscopic (keyhole) na teknika na may dalawa o tatlong maliit na hiwa at isang maliit na camera sa loob ng kasukasuan. Dalhin ang listahan ng lahat ng iyong kasalukuyang gamot sa ospital sa araw ng iyong prosedura.

Sa araw ng operasyon

Dadating ka sa ospital at makikilala mo ang iyong anestesista bago ang operasyon. Ang operasyong ito ay isinasagawa sa ilalim ng general na anestesiya na pinagsama ng regional nerve block. Ikaw ay ganap na matutulog sa panahon ng operasyon, at ang block (isang inyeksyon na nagpapabango sa mga nerbiyong nagbibigay-daan sa braso bago ka gumising) ay nagbibigay ng pagpapagaan ng sakit sa unang 12 hanggang 24 oras pagkatapos ng operasyon. Makikilala ka ng anestesista bago ang operasyon at ipapaliwanag niya sa iyo ang parehong bahagi.

Pagkatapos, pupunta ka sa operating theatre para sa iyong operasyon. Ang iyong surgeon ay isasagawa ang operasyong ito gamit ang arthroscopic (keyhole) na paraan na may dalawa o tatlong maliit na incision at isang maliit na camera sa loob ng joint. Pagkatapos, gagising ka sa recovery area kung saan ang iyong team ay magmamanitor ng iyong kumportable at galaw.

Ano ang kinabibilangan ng operasyon

Ang iyong manggagamot ay gagampanan ang operasyong ito gamit ang arthroscopic na paraan. Ibig sabihin, gagawa sila ng dalawa o tatlong maliit na hiwa na parang butas ng susi na may sukat na humigit-kumulang 1 cm bawat isa sa paligid ng iyong balikat. Sa pamamagitan ng mga maliit na bukasang ito, ipapasok nila ang isang maliit na kamera at espesyal na mga kasangkapan upang makita ang loob ng kasukasuan nang hindi gumagawa ng malaking hiwa.

Ang proseso ay nakatuon sa pagpapalaya ng mahigpit na tisyu na humuhuli sa iyong balikat. Ang iyong manggagamot ay maingat na hihiwain ang makapal na kapsula ng kasukasuan sa isang bilog sa paligid ng kasukasuan. Ang “capsular release” na ito ay nag-aalis ng mga tisyung may peklat na nagbabawal sa iyong galaw. Ang layunin ay muling makakuha ng galaw na may pinakamababang pinsala sa mga nakapaligid na bahagi. Dahil ginagawa ang operasyon sa pamamagitan ng mga maliit na butas, mas kaunti ang pinsala sa balat at kalamnan kumpara sa bukas na operasyon.

Kapag nalaya na ang mahigpit na tisyu, isasara ng iyong manggagamot ang mga maliit na hiwa gamit ang mga tahi na natutunaw o pandikit at takpan ito ng balat na pangbalat. Ang paraang ito ay itinuturing na isang maaasahang paraan upang muling makakuha ng galaw para sa mga maingat na piniling pasyente na may frozen shoulder. Karaniwang ginagamit ito pagkatapos ng siyam hanggang labindalawang buwan ng hindi matagumpay na mga non-surgical na paggamot tulad ng paghuhubog o mga inyeksyon.

Pagkatapos ng operasyon

Gising ka sa isang recovery ward. Ang iyong surgeon ay gumagamit ng keyhole approach na may dalawa o tatlong maliit na incisions at isang maliit na camera sa loob ng joint. Mayroon kang mga dressing sa mga maliit na putol na ito. Maaaring gamitin ang sling o brace upang suportahan ang iyong balikat. Ang sakit ay pinamamahalaan gamit ang pangkalahatang gamot. Karamihan sa mga pasyente ay nananatili ng isang gabi sa ospital pagkatapos ng operasyong ito, bagaman may ilang nakakapunta sa bahay sa parehong araw. Mayroong

tao na dapat manatili sa iyo sa unang 24 na oras upang tulungan ka. Magsisimula ka ng banayad na galaw sa sandaling ito ay ligtas.

Pagbawi

Maaari kang maranasan ang halos agad na pagpapagaan ng sakit at pagkapagod pagkatapos ng iyong arthroscopic capsular release. Ang keyhole surgery na ito ay gumagamit ng dalawa o tatlong maliit na hiwa at isang maliit na camera upang dahan-dahang paluwagin ang masikip na tisyu sa loob ng iyong balikat. Habang maaaring magkaroon ka ng kaunting pananakit, ang karamihan sa mga tao ay nakakakita ng malaking pag-unlad sa kung gaano kalayo nila makagalaw ang kanilang braso agad-agad.

Ang iyong pagbawi ay nakadepende sa isang hakbang-hakbang na plano kasama ang iyong physiotherapist. Kailangan mong gawin ang mga partikular na ehersisyo sa pag-stretch nang regular upang panatilihin ang malayang paggalaw ng iyong balikat. Maaaring hilingin ng iyong surgeon na isuot ang sling o brace sa loob ng maikling panahon, ngunit kailangan mong magsimulang gumalaw nang dahan-dahan sa sandaling payagan ka nila. Iwasan ang mabigat na pag-angat o biglaang paghila hanggang sa mabalik ang iyong paggalaw at maging mapainam ang iyong hawak.

Ang pagtulog ay maaaring maging mahirap sa simula, kaya subukang magpahinga sa iyong likod o sa hindi sinurgikong gilid na may mga unan para sa suporta. Maaaring magkaiba ang iyong timeline sa iba; ang iyong surgeon at physio ang magbibigay-direksyon sa iyo kung kailan makabalik sa pagmamaneho, trabaho, o sports. Maniwala sa proseso, at tandaan na ang patuloy na pagsisikap sa iyong mga ehersisyo ang susi upang mabawi ang buong saklaw ng iyong paggalaw.

Maaaring mangyari

Karamihan sa mga pasyente ay magagaling, ngunit minsan ay maaaring magkaroon ng mga problema. Ang iyong surgeon at ang koponan ay masusing susubaybayan ka upang maagang makita ang anumang isyu.

Maaaring pakiramdam mo na ang iyong balikat o balakang ay nananatiling matigas o mahigpit pagkatapos ng operasyon. Maaari itong mangyari kung hindi gumaling nang inaasahan ang joint capsule. Kung mababanggit mo ang biglaang pamamaga, pamumula na kumakalat mula sa maliliit na putol, o malalim na sakit na hindi nababawasan ng simpleng gamot pang-alis ng sakit, tumawag agad sa klinika.

Minsan, maaaring ramdam ng joint na hindi stable o parang lalabas ito sa tamang posisyon. Mas malaki ang posibilidad nito kung hindi sapat na mahigpit ang pagsara ng capsule sa panahon ng keyhole surgery. Kung nararamdaman mo ang pag-click, pagkagiling, o biglaang paglipat ng joint, humingi agad ng tulong medikal.

Maaari kang makaranas ng limitadong galaw kung hindi kumpleto ang pag-release o kung masyadong mahigpit na muli ang paggaling ng capsule. Kung hindi umuunlad ang iyong range of motion ayon sa inaasahan pagkatapos ng ilang linggo, itaas ito sa iyong susunod na pagsusuri.

Sa bihirang kaso, maaaring hindi manatiling stable ang joint kahit pagkatapos ng reconstruction. Kung nararamdaman mo ang pakiramdam ng kaluwagan o takot na ang joint ay lumilipat, kontakin ang iyong surgeon para sa payo.

Ang table ng mga komplikasyon sa pahinang ito ay naglalaman ng karaniwang mga rate kung gusto mo ng mga detalye.

Kailan tawagan ang aming klinika

Tawagan kami kung may lagnat, lumalalang pamumula, o paglabas ng likido mula sa iyong mga maliit na incision na parang butas ng susi. Pumunta sa emergency kung bigla kang nararamdamang matinding sakit, napansin ang pamamaga sa iyong binti, o may hirap sa paghinga. Agad kaming kontakin kung mawalan ka ng pakiramdam sa iyong braso o hindi mo na makagalaw ang iyong limb. Karamihan sa mga balikat ay nakakabalik sa normal na galaw pagkatapos ng rotator cuff repair at bihira nang nangangailangan ng ganitong proseso, ngunit ang mga senyales na ito ay nangangailangan ng agad na pagsusuri.