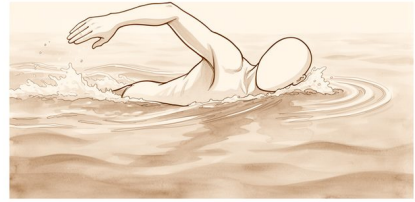


# Komprehensibong Arthroskopikong Pamamahala (CAM)

Ang Comprehensive Arthroscopic Management ay nagpapanatili ng likas na kasukasan — isang opsyon na nag-iwas sa pagtatanggal ng kasukasan para sa mga mas batang, aktibong pasyente na may advanced na arthritis ng balikat.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



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

Mabilisang paggaling. Pinagsama mula sa 15 na publikadong pag-aaral — magkakaiba ang iyong bilis ng paggaling.

| <b>MAGAAN NA GAWAIN</b><br>trabaho sa desk, pagmamaneho, pang-araw-araw na gawain                                                                                             | <b>KARAMIHAN SA MGA PANG-ARAW-ARAW NA GAWAIN</b><br>manual na trabaho, sports, gym                                                                                                                                 | <b>HULING TAGUMPAY NA PLATAPORMA</b><br>pananakit at lakas                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1-3 months</b><br>Ang maikling panahong pagbawas ng sakit at pagpapabuti ng pagganap ay karaniwang napapansin sa loob ng unang 1 hanggang 3 buwan pagkatapos ng prosedura. | <b>6-12 months</b><br>Ang mga katamtamang panahong klinikal na resulta at patuloy na pagpapabuti sa mga resulta na ulit ng pasyente ay karaniwang nakukuha sa loob ng 6 hanggang 12 buwan pagkatapos ng operasyon. | <b>12-108 months</b><br>Ang pangmatagalang tibay at pag-iwas sa arthroplasty ay nananatili sa hindi bababa sa 10 taon (120 buwan) sa mga piniling pasyente na may magandang anatomiya. |

## Bakit ito ang inirekomendang operasyon

Ang Comprehensive Arthroscopic Management ay isang sistematikong paraan upang gamutin ang maagang pagkasira ng arthritis sa iyong balikat. Inirekomenda ito ng iyong doktor dahil mayroon kang higit sa 2 mm na espasyo sa kasu-kasuan at magkasya pa rin ang mga ibabaw ng iyong kasu-kasuan nang walang malaking deformity. Ang prosedurang ito ay isang opsyon na naglalayong panatilihin ang kasu-kasuan, na idinisenyo para sa mga mas batang, aktibong pasyente na may advanced na arthritis at gustong iwasan ang pagpapalit ng kasu-kasuan.

Karaniwang sinisimulan ang mga hindi operasyonal na paggamot. Ang operasyon ay isasagawa lamang kapag hindi sapat ang pag-unlad mula sa mga paraang ito. Layunin ng operasyong ito na bawasan ang sakit at mapabuti ang pag-andar sa pamamagitan ng paglilinis ng nasirang tissue at pag-resurface ng kasu-kasuan. Ito ay isang maaasahang alternatibo sa malaking operasyon para sa mga aktibong indibidwal. Ang layunin nito ay bigyan ka ng maayos na benepisyo sa maikling panahon habang pinapanatili ang iyong natural na istruktura ng kasu-kasuan hangga't maaari.

## Bago ang operasyon

---

Mangyaring mag-fasting ng walong oras bago ang iyong operasyon. Ipapaliwanag ng iyong surgeon kung aling mga gamot ang dapat itigil. Mag-ayos ng taong magdadala sa iyo pauwi. Dalhin ang listahan ng lahat ng kasalukuyang gamot. Maaaring kailanganin ng X-rays, MRI scans, o blood tests. Ang mga pagsusuring ito ay tumutulong sa iyong surgeon na magplano nang ligtas. Ang pagsusuri ng anaesthetist ay nagpapatunay na angkop ka para sa operasyon. Magsuot ng komportableng damit sa iyong appointment. Ang paghahanda na ito ay tumutulong upang magsimula nang maayos ang iyong paggaling. Gusto ng iyong team na handa ka para sa Comprehensive Arthroscopic Management. Ang pamamaraang ito ay nagpapagamot ng maagang wear-and-tear arthritis sa iyong balikat. Ang pagiging handa ay nagbabawas ng stress at pinapanatili ang iyong kaligtasan.

## Sa araw ng operasyon

---

Dadating ka sa ospital sa umaga para sa iyong pagpasok. Kumpirmahin ng iyong doktor ang iyong mga detalye at sagutin ang anumang huling tanong na mayroon ka. Pagkatapos, makikilala mo ang anesthesiyologo, na magpapakita ng plano para sa iyong kaghinawaan. Ang operasyong ito ay isinasagawa sa ilalim ng pangkalahatang 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 ng damdamin sa braso bago ka gumising) ay nagbibigay ng pagpapagaan ng sakit sa unang 12 hanggang 24 oras pagkatapos ng operasyon. Makikilala ka ng anesthesiyologo bago ang operasyon at ipapaliwanag niya ang parehong bahagi.

Dadalhin ka sa operating theatre habang ikaw ay gumagising pa. Ihahanda ng koponan ang iyong sarili para sa proseso. Hindi mo mararamdaman o alaala ang anumang bagay sa panahon ng operasyon. Pagkatapos ng operasyon, gagising ka sa recovery area. Susubaybayan ng mga nars ang iyong antas ng sakit at siguraduhing matatag ka. Mananatili ka doon hanggang sa mawala ang anestesiya at handa ka nang umuwi o pumunta sa ward.

## Ano ang kinabibilangan ng operasyon

---

Ang Comprehensive Arthroscopic Management (CAM) ay isang sistematikong pamamaraan na ginagamit upang gamutin ang maagang pagkasira o arthritis sa iyong balikat. Ang iyong doktor-surgeon ay gagawa ng prosedurong ito gamit ang arthroscopy, na nangangahulugang paggamit ng maliliit na keyhole incisions imbes na isang malaking bukas na putol. Pinapayagan nito ang iyong doktor-surgeon na makita nang malinaw ang loob ng joint habang pinapanatili ang minimal na pinsala sa iyong balat at kalamnan.

Sa loob ng operasyon, alinlangan ng iyong doktor-surgeon na linisin ang joint. Ang prosesong ito, na kilala bilang debridement, ay kinabibilangan ng pag-alis ng nasirang tissue at dumi na maaaring magdulot ng sakit at stiffness. Kung kinakailangan, maaari ring gawin ng iyong doktor-surgeon ang glenoid resurfacing. Ibig sabihin nito ang pagpapakinis o pagpapakabago ng hugis ng socket na bahagi ng iyong balikat upang mapabuti ang paggalaw nito kasama ang ball ng itaas na buto ng braso. Maaari ring paluwagin ng iyong doktor-surgeon ang mahigpit na mga tissue sa paligid ng joint upang matulungan ang pagbabalik ng iyong range of motion.

Ang layunin ay mapanatili ang natural na istruktura ng iyong joint. Ang pamamaraang ito ay partikular na inirerekomenda para sa mga pasyenteng may higit sa 2 mm ng natitirang espasyo ng joint at ang mga buto ng kanilang balikat ay nananatiling aligned nang walang malaking deformity. Ito ay naglilingkod bilang isang joint-preserving alternative sa joint replacement, na karaniwang inilaan para sa mga kaso na may mas malubhang pinsala sa buto o incongruity.

Pagkatapos makumpleto ang prosedura, isasara ng iyong doktor-surgeon ang maliliit na incisions. Ang eksaktong paraan ng pagsara ay nakadepende sa iyong partikular na kaso, ngunit karaniwang kinabibilangan ng sutures o glue upang matulungan ang balat na gumaling nang tama. Susunod na ilalagay ang isang dressing upang protektahan ang lugar. Ang prosedurang ito ay dinisenyo upang bawasan ang sakit at mapabuti ang function, na nag-aalok ng isang predictable na short-term na opsyon para sa mga mas batang, aktibong pasyenteng may advanced shoulder arthritis.

## Pagkatapos ng operasyon

---

Gising ka sa recovery ward. Ang iyong surgeon ang mag-aalaga ng iyong sakit at susuriin ang iyong sugat. Magdudulot ka ng sling at may dressing sa iyong balikat. Maaari mong galawin ang iyong mga daliri at siko nang dahan-dahan. Karamihan sa mga pasyente ay nananatili ng isang gabi sa ospital pagkatapos ng operasyong ito, bagaman may mga makakapagpunta sa bahay sa parehong araw. May kailangang makatira sa iyo sa unang 24 na oras upang tulungan ka. Huwag magmaneho ng hindi bababa sa anim na linggo pagkatapos ng anumang operasyon sa balikat. Ang patakaran na ito ay nagsasapat anuman ang braso na na-operahan. Kailangan mong alisin ang sling bago magmaneho. Iiwan ka ng iyong surgeon pagkatapos ng iyong six-week review. Para sa karagdagang detalye, tingnan ang [Pagmamaneho pagkatapos ng upper-limb surgery](#).

## Pagbawi

---

Maaaring maranasan mo ang ilang sakit at pamamaga sa unang ilang araw pagkatapos ng iyong operasyon. Karaniwan ito. Maaaring maramdaman mong matigas o masakit ang iyong balikat habang ito ay nagsisimulang gumaling. Bibigyan ka ng gamot ng iyong doktor upang mapamahalaan ang hindi komportableng pakiramdam. Ang paglalagay ng ice pack ay maaari ring bawasan ang pamamaga at ginhawa ang sakit. Ipahinga ang iyong braso nang hangga't maaari sa maagang yugto na ito.

Magdudulot ka ng sling upang protektahan ang iyong balikat habang ito ay gumagaling. Ituturo ng iyong pisioterapeuta ang mga banayad na ehersisyo upang panatilihin ang paggalaw ng iyong kasukasan. Maliit at kontrolado ang mga galaw na ito. Huwag magbitbit ng mabibigat na bagay o umabot pataas. Ang mga simpleng

gawain tulad ng pagkain o paghuhugas ng ngipin ay maaaring kailanganin ng pagsasanay. Karaniwan, makakatulog ka sa iyong likod na may unan na sumusuporta sa iyong braso. Ang posisyong ito ay tumutulong upang panatilihin ang katatagan at kaginhawaan ng balikat.

Habang humihina ang pamamaga, unti-unting dadagdagan mo ang iyong aktibidad. Gabay ng iyong pisyoterapeuta ang iyong pagpapatupad ng mas hamon na mga ehersisyo habang bumabalik ang iyong lakas. Malalaman mo na handa ka para sa susunod na hakbang kapag pinapayagan ka ng iyong doktor. Halimbawa, maaari kang bumalik sa pagmamaneho lamang kapag pinapayagan ng iyong doktor. Karaniwan itong nangyayari sa iyong pagsusuri sa anim na linggo. Huwag mamaneho habang naka-sling. Maaaring magkaiba ang iyong timeline; gabay ng iyong doktor at pisyoterapeuta ang iyong pag-unlad batay sa iyong partikular na progreso.

## Maaaring mangyari

---

Karamihan sa mga pasyente ay magagaling, ngunit minsan ay maaaring magkaroon ng mga problema. Ang iyong surgeon at ang koponan ay mahigpit na nagmamasid sa iyo upang maagang matukoy ang anumang isyu.

Kung mayroon kang wear-and-tear arthritis sa shoulder joint, karaniwang nakakatulong ang arthroscopic treatment sa paggalaw at kaginhawaan. Bihirang mangyari ang mga seryosong isyu. Gayunpaman, hindi laging inirerekomenda ang paraang ito para sa karaniwang paggamit dahil kulang ang matibay na ebidensya tungkol sa kanyang long-term na benepisyo. Balansihin ng iyong surgeon ang mga salik na ito nang mabuti bago ituloy ang proseso.

Para sa shoulder instability, magkakaiba ang mga resulta depende sa partikular na teknik na ginamit. Mayroong sariling profile ang bawat paraan. Mahalagang talakayin kung alin sa mga opsyon ang angkop sa iyong balikat. Aalamin ng iyong surgeon ang mga detalye upang matukoy kung ang arthroscopy ang tamang pagpipilian para istabilisa ang iyong joint.

Kung mayroon kang malaking tear sa mga rotator cuff tendons, maaaring isaalang-alang ang debridement (paglilinis ng nasirang tissue). Hindi pa ganap na nauunawaan ang long-term na epekto ng pamamaraang ito. Kailangan ng karagdagang pagsusuri upang malaman kung paano ito aapektuhan ka sa mga susunod na taon. Tandaan ang hindi pagkaka-alam na ito habang nagpapalano para sa iyong paggamot.

Sa napakabihirang mga kaso, maaaring magdulot ang isang seryosong impeksyon sa shoulder joint ng post-infectious arthritis. Ibig sabihin, may permanenteng pinsala sa joint na mangyayari pagkatapos ng impeksyon, kahit na ikaw ay magkaroon ng paulit-ulit na operasyon upang gamutin ito. Ito ay hindi maiiwasang konsekwensya ng ganitong uri ng seryosong impeksyon. Kung ikaw ay nag-aalala ng isang seryosong impeksyon, humingi ng agad na tulong medikal.

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

## Kailan tawagan ang aming klinika

---

Tawagan kami kung may lagnat, lumalalang pamumula o paglabas ng likido sa sugat, o biglaang matinding sakit. Pumunta sa emergency room kung napansin mong may pamamaga sa binti o hirap sa paghinga. Tawagan agad kung mawalan ng pakiramdam o hindi na makagalaw ang iyong kamay o paa. Huwag magmaneho ng hindi bababa sa anim na linggo pagkatapos ng operasyon. Ang iyong doktor ang magbibigay ng pahintulot na magmaneho sa iyong pagsusuri sa ika-anim na linggo.

---

**CQ HAND + UPPER LIMB**

Dr Kieran Hirpara – Specialist Orthopaedic Surgeon  
Suite 2, Level 1, Mater Private Hospital Rockhampton, 31 Ward Street, The Range, QLD 4700  
Phone 07 4863 6556 · [office@cupperlimb.com.au](mailto:office@cupperlimb.com.au) · [cupperlimb.com.au](http://cupperlimb.com.au)

# Komprehensibong Arthroskopikong Pamamahala (CAM)

## Mga rate ng komplikasyon mula sa mga nakapublikasyong literatura

Pinagsama mula sa 15 na publikadong pag-aaral. Ito ay mga rate sa antas ng populasyon, hindi ang iyong indibidwal na panganib — ang iyong doktor na manggagamot ang usaping ito sa iyo.

| KUMPLIKASYON                      | INILALATHALANG RATE | MGA TALA                                                                                                                                              |
|-----------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| pag-unlad patungo sa arthroplasty | <b>13.0-42.4%</b>   | Pagkabigo ng CAM na pigilan ang pag-unlad ng sakit, kadalasang nangangailangan ng paglipat sa total shoulder arthroplasty (TSA) o hemiarthroplasty.   |
| katigasan                         | <b>2.3%</b>         | Postoperative na katigasan na nangangailangan ng pampasilahing interbensyon o manipulación.                                                           |
| pinsala sa nerbiyos               | <b>15.6%</b>        | Transitoryong paresis ng axillary nerve na na-ulat sa mga kohorte ng biological resurfacing; iatrogenic na pinsala na tinalakay sa mga serye ng kaso. |
| impeksyon                         | —                   | Minimal na komplikasyon na na-ulat sa mga sistematikong pagsusuri; ang post-infectious arthritis ay isang panganib sa mga kaso ng septic arthritis.   |
| muling operasyon                  | <b>7.0%</b>         | Kasama ang mga revision arthroscopies, biceps tenodesis, o iba pang mga interbensyon na hindi arthroplasty.                                           |
| reaksyon sa dayuhang bagay        | <b>15.6%</b>        | Reaksiyon sa biological na materyal na ginamit sa mga prosedura ng glenoid resurfacing.                                                               |
| hindi sapat na resulta            | <b>12.1%</b>        | Dahil sa hindi sapat na pagbawas ng sakit o limitadong saklaw ng galaw sa mga partikular na kohorte.                                                  |
| capsulitis                        | <b>11.1%</b>        | Inflammatory na tugon pagkatapos ng mga prosedura ng capsular release.                                                                                |

Nabasa ko ang impormasyong ito at may pagkakataon akong magtanong kay Dr. Hirpara tungkol sa prosedura, inaasahang paggaling, at mga komplikasyong nabanggit sa itaas.

---

PASYENTE – MAG-PRINT NG PANGALAN

---

LAGDA

---

PETSA