

Arthropatiya ng Cuff

Rotator cuff arthropathy: arthritis na sumusunod sa matagal nang rotator cuff tear.

Kieran Hirpara © ⓘ ⓘ 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 maranasan mong may sakit sa iyong balikat na lumalala kapag itinataas mo ang iyong braso o umabot pataas. Ang kondisyong ito ay kinabibilangan ng arthritis na dulot ng pagkasira o paggamit (wear-and-tear) sa kasukasuan ng balikat kasama ang sugat o putol sa rotator cuff. Dahil hindi na kayang istabilisa ng mga kalamnan ng cuff ang kasukasuan, maaaring umakyat pataas ang itaas na bahagi ng iyong upper arm bone (humerus). Ang galaw na ito ay nagdudulot ng ingay o grinding, stiffness, at pananakit. Karaniwang lumala ang sakit sa gabi, na nagpapatigil sa pagtulog sa gilid. Maaari mo ring mapansin ang pagtaas ng hindi komportableng pakiramdam pagkatapos ng mga pang-araw-araw na gawain o kapag gumising ka sa umaga.

Ang mga simpleng gawain ay maaaring maging mahirap o hindi na posible. Maaari kang mahirang umabot sa likod ng iyong likod upang isara ang bra o itabi ang damit. Ang pagtaas ng mga bagay ay tila mabigat at hindi matatag. Maaaring mahina ang iyong balikat, at maaari mong iwasan ang paggamit nito upang maiwasan ang sakit. Ang pagbaba ng kakayahang ito ay nangyayari dahil hindi na kayang suportahan ng putol na cuff ang normal na galaw. Sa paglipas ng panahon, lumalala ang arthritis, na nagdudulot ng karagdagang pagkawala ng galaw at lakas.

Kung hindi pa ka nagsasagawa ng operasyon, maaaring irekomenda ng iyong doktor ang mga non-surgical na gamot o tratamiento muna, lalo na kung moderate o mild ang iyong sakit. Layunin ng mga opsyong ito na bawasan ang sakit at mapabuti ang function. Gayunpaman, kung severe ang iyong arthritis, maaaring kailanganin ang operasyon. Para sa maraming pasyente na may intact na rotator cuff, ang anatomic total shoulder replacement ay ang pinipiling at mas murang opsyon. Nagbibigay ito ng katulad na benepisyo sa reverse shoulder replacement sa unang ilang taon.

Kung ang iyong rotator cuff ay putol, maaaring irekomenda ang reverse total shoulder replacement. Ang pamamaraang ito ay naging mas karaniwan para sa partikular na uri ng arthritis na ito. Nag-aalok ito ng malaking klinikal na benepisyo para sa karamihan ng mga pasyente. Sa katunayan, higit sa 90% ng mga

pasyente na sumailalim sa operasyong ito para sa arthritis na may intact na cuff ay nag-ulat ng makabuluhang pag-unlad. Kahit na may putol na cuff, maraming pasyente ang nakakaranas ng klinikal na mahalagang pagbabago sa kanilang pang-araw-araw na function. Tulungan ka ng iyong doktor na desisyunin kung alang pamamaraan ang pinakamainam para sa iyong partikular na anatomiya at antas ng sakit.

Ano ang nangyayari talaga

Ang iyong balikat ay isang ball-and-socket joint. Ang ball ay ang itaas na bahagi ng iyong arm bone. Ang socket ay nasa iyong shoulder blade. Ang smooth cartilage ay sumasakop sa parehong mga surface. Ito ay gumagana bilang shock absorber upang madaling mag-slide ang mga buto.

Sa rotator cuff arthropathy, nababasag ang sistemang ito. Maaaring mayroon kang wear-and-tear arthritis. Ibig sabihin, ang cartilage ay nasira na. Sabay nito, ang mga rotator cuff tendons ay naputol o nasira. Ang mga tendons na ito ay parang mga lubid na humahawak sa ball sa loob ng socket. Kung wala na sila, ang ball ay nakaupo nang masyadong mataas. Ito ay dumudurog sa shoulder blade. Ito ang nagdudulot ng sakit at nagbabawas ng iyong galaw.

Sinusubukan ng iyong katawan na mag-compensate. Ang iyong shoulder blade ay gumagalaw sa mga kumplikadong paraan upang tulungan kang itaas ang iyong braso. Ito ay umiikot sa kabaligtarang direksyon bago pa man magsimulang itaas ang iyong braso. Binabago nito ang normal na ritmo ng iyong balikat. Mas maraming trabaho ang ginagawa ng shoulder blade kaysa sa dapat. Ang extra na galaw na ito ay maaaring magdulot ng karagdagang wear and tear sa paglipas ng panahon.

Ang kalusugan ng kalamnan ay may mahalagang papel din. Ang taba ay maaaring magtipon sa loob ng mga rotator cuff muscles. Ang fatty infiltration na ito ay nagpapahina sa mga kalamnan. Binabawasan nito ang iyong lakas kahit na ang tendon ay nananatiling nakakabit. Ang imbalance na ito ay nagpapababa ng katatagan ng joint. Nakakaapekto din ito sa kung gaano kagaling mong maranasan ang posisyon ng iyong braso sa espasyo.

Tinitingnan ng iyong surgeon ang mga pagbabagong ito upang magplano ng iyong paggamot. Maaari silang gumamit ng X-ray view na tinatawag na axillary view. Ipinapakita nito ang anatomy ng joint nang malinaw. Mas kaunti ang radiation na ginagamit nito kumpara sa CT scan. Tumutulong ito sa iyong surgeon na makita kung paano ang mga buto ay nag-shift.

Ang pag-unawa sa pinsalang ito ay tumutulong magpaliwanag sa iyong mga sintomas. Ang sakit ay galing sa buto na dumudurog sa buto. Ang kahinaan ay galing sa mga nasirang tendons at kalamnan. Ang stiffness ay galing sa pagtatangkang ng katawan na istabilisa ang joint. Ang pag-alam kung ano ang nangyayari ay nagbibigay-daan sa iyong surgeon na pumili ng tamang gamutan. Maaaring ito ay kasama ang pagpapalit ng mga surface ng joint upang maibalik ang smooth na galaw.

Ano ang maaari naming gawin dito

Simulan namin ito sa sariling pag-aalaga at pisikal na terapiya. Ang mga nonoperative na modalities ang unang hakbang para sa karamihan sa mga pasyente, lalo na ang mga may moderate-to-mild na sakit. Gabay ng iyong

physiotherapist ang iyong gagawin sa mga ehersisyo upang mapanatili ang galaw at palakasin ang mga kalamnan sa paligid ng iyong balikat. Tumutulong ang pamamaraang ito sa karamihan ng mga pasyente na pamahalaan ang sakit mula sa mga kondisyon tulad ng mga isyu sa acromioclavicular joint. Kung mayroon kang osteolysis, maaaring kailanganin mong baguhin ang ilang aktibidad upang maiwasan ang karagdagang iritasyon. Bigyan ng patas na pagkakataon ang conservative na pamamahalaan bago isaalang-alang ang mas invasive na mga opsyon.

Kung hindi sapat ang simpleng mga hakbang, titingnan namin ang medical na pamamahala. Para sa mga pasyenteng may edad na 60 taon pataas na may rotator cuff arthropathy, maaari kaming mag-alok ng subacromial balloon spacer. Ito ay kinabibilangan ng percutaneous na pagpasok ng isang maliit na balloon sa espasyo sa itaas ng iyong shoulder joint. Ang pamamaraang ito ay nagdudulot ng malaking pagbaba ng sakit. Gayunpaman, hindi nito pinapabuti ang function sa isang minimum na 1-taong follow-up. Ang subacromial spacer ay malamang na magbigay ng ligtas, epektibo, at cost-effective na opsyon para sa mga pasyenteng may massive irreparable rotator cuff tears. Isinasaalang-alang din namin ang mga gamot sa sakit at anti-inflammatory upang matulungan ang pamamahala ng mga sintomas habang gumagaling o nagbubalik ng lakas ang iyong katawan.

Isinasaalang-alang ang operasyon kapag naabot na ng conservative na pag-aalaga ang hangganan nito. Kung nananatiling matindi ang iyong sakit o malaki ang limitasyon sa iyong function, tatalakayin namin ang arthroplasty, o pagpapalit ng kasukasuan. Ang pagpili sa pagitan ng anatomic at reverse total shoulder arthroplasty ay nakadepende sa kalusugan ng iyong rotator cuff at kondisyon ng buto ng iyong kasukasuan. Ang anatomic total shoulder arthroplasty ay nananatiling pinipiling pamamaraan para sa mga pasyenteng may cuff-intact arthritis. Ang reverse total shoulder arthroplasty ay sikat sa mga kaso na may rotator cuff tears o partikular na mga deformidad ng buto. Higit sa 90% ng mga pasyenteng sumailalim sa reverse shoulder arthroplasty para sa glenohumeral osteoarthritis na may intact na rotator cuff ay nakakaranas ng malaking clinical benefit. Ang iyong surgeon ang pipili ng opsyon na pinaka-angkop sa iyong anatomy at mga layunin.

Ano ang inaasahan

Ang iyong prognosis ay nakadepende sa malaking bahagi kung ang iyong rotator cuff ay intact o torn. Kung ang iyong cuff ay healthy, parehong ang anatomic at reverse joint replacements ay nag-aalok ng katulad na resulta sa apat na taon. Higit sa 90% ng mga pasyente na may intact cuff ay nakakaranas ng substansyal na clinical benefit. Inaasahan mo ang malaking pagbawas ng sakit at pagpapabuti ng function.

Kung ang iyong cuff ay torn, ang reverse shoulder replacement ang nananatiling preferred option. Ito ay nagbibigay ng optimal na mga resulta na may mababang rates ng complication sa short term. Karamihan sa mga pasyente ay nakakakita ng makabuluhang pagpapabuti sa maagang yugto. Gayunpaman, dapat mong tandaan na ang internal at external rotation ay maaaring bahagyang mas mababa kumpara sa anatomic replacement. Timbangin ng iyong surgeon ang mga salitang ito upang pumili ng pinakamainam na landas para sa iyo.

Ang recovery ay isang unti-unting proseso. Kailangan mo ng hindi bababa sa siyam na punto na pagpapabuti sa iyong shoulder score upang maramdaman ang isang clinically important na pagbabago. Isang pagpapabuting dalawampu't tatlong punto ang nagpapahiwatig ng substansyal na benepisyo. Karaniwang nagse-stabilize ang

mga pagpapabuting ito sa loob ng ilang buwan. Mataas ang long-term success, na may 98% survivorship rate sa loob ng pitong taon para sa bridging reconstruction.

Kung walang treatment, ang sakit at stiffness ay madalas na nananatili o lumalala. Ang pag-iwan sa kondisyon ay bihira na magresulta sa spontaneous na pagpapabuti. Maaari mong makita na ang mga pang-araw-araw na gawain ay nagiging mas mahirap. Ang surgical intervention ay nag-aalok ng malinaw na landas upang ibalik ang function at bawasan ang sakit.

Maging alerto na ang mga nakaraang surgeries sa balikat ay maaaring magdagdag ng mga risk. Ang kasaysayan ng nakaraang rotator cuff repair ay nagpapataas ng tsansang magkaroon ng infection pagkatapos ng replacement. Titingnan ng iyong surgeon ang iyo bilang isang higher-risk na pasyente sa mga kaso na ito. Mahalagang maingat na pagpapalano upang matiyak ang ligtas at matagumpay na resulta.

Kailan pumunta sa doktor

Pumunta sa iyong doktor kung mayroon kang patuloy na sakit sa balikat na hindi gumagaling kahit pahinga. Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung napapansin mo ang kahinaan, kawalan ng katatagan, o pakiramdam ng pagkakabara o pagbagsak. Maaaring magpahiwatig ang mga sintomas na ito ng rotator cuff tear arthropathy, na may kaugnayan sa arthritis na dulot ng pagkasira at pinsala sa mga kalamnan na nagpapatatag ng balikat. Humingi ng pag-aalaga kung ang iyong mga sintomas ay nakakaapekto sa pagtulog o trabaho. Biglaang paglala ng sakit o kakayahan ay dahilan din upang kumonsulta sa iyong surgeon. Ang maagang pagsusuri ay tumutulong upang matukoy kung sapat ang mga hindi operasyong paggamot o kailangan ng operasyon.