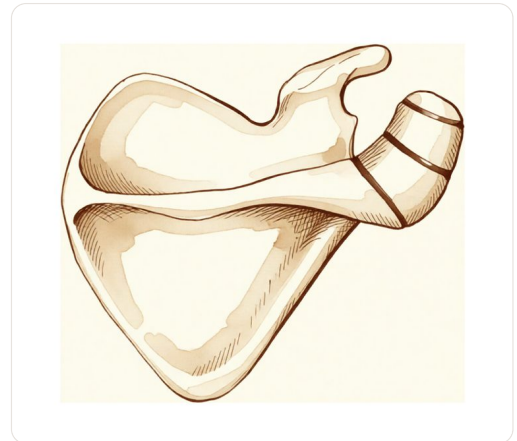


# Os Acromiale

Os acromiale: ang harapang bahagi ng acromion ay hindi nag-ugnay sa natitirang bahagi ng acromion sa panahon ng paglaki ng balangkas ng katawan.

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 makaramdam ka ng sakit sa itaas ng iyong balikat. Ang kondisyong ito ay apektado ang mga 2.13% ng mga pasyente na may problema sa balikat na nangangailangan ng MRI. Ang sakit ay madalas na nagmumula sa isang sugat sa rotator cuff, na isang grupo ng mga kalamnan at tendon na gumagalaw sa iyong braso. Ang sugat na ito ay nangyayari dahil ang karagdagang piraso ng buto ay gumagalaw nang hindi normal at dumudurog sa iyong ibang mga tissue.

Ang iyong sakit ay maaaring lumala pagkatapos mong gawin ang ilang aktibidad. Maaari rin itong gisingin ka sa gabi o masakit kapag sinusubukan mong matulog sa gilid na iyon. Ang mga simpleng pang-araw-araw na gawain ay maaaring maging mahirap. Maaari kang magkaroon ng hirap na umabot sa likod ng iyong likod upang isara ang bra o itabi ang isang kamiseta. Ang mga galaw na ito ay naglalagay ng presyon sa lugar kung saan hindi ganap na nagkakaisa ang mga piraso ng buto.

Kung ikaw ay mayroon nang naging operasyon sa pagpapalit ng balikat, maaari mong mapansin ang pagkakaroon ng tenderness direkta sa itaas ng piraso ng butong ito. Ito ay nangyayari sa 1 sa 4 na mga pasyente pagkatapos ng prosedura. Ang magandang balita ay ang sakit na ito ay karaniwang nawawala nang sarili sa loob ng panahon para sa karamihan ng mga tao. Ang iyong doktor ay susuriin ang iyong mga sintomas upang desisyunin kung ang karagdagang piraso ng buto ang pangunahing sanhi ng iyong sakit.

## Ano ang nangyayari

Mayroon kang maliit na piraso ng buto na tinatawag na os acromiale na hindi nakakabit sa pangunahing buto. Ito ay nangyayari sa humigit-kumulang 2.13% ng mga pasyente na may problema sa balikat na nangangailangan ng MRI. Isipin ang hindi nakakabit na bahagi na ito bilang isang maluwa na gasket sa pagitan ng dalawang

bahagi ng iyong buto ng balikat. Sa halip na gumalaw bilang isang matibay na piraso, ang maluwig na fragment na ito ay maaaring magkuskos at lumipat kapag gumagalaw ka ng iyong braso.

Ang abnormal na galaw na ito ay madalas na nakaka-irita sa mga malambot na tisyu sa tabi nito. Ang rotator cuff ay isang grupo ng mga tendon na gumagana tulad ng mga lubid upang itaas at paikutin ang iyong braso. Dahil ang maluwig na buto ay gumagalaw nang hindi karaniwan, maaari nitong mahawakan ang mga tendon na ito. Ang paghawak na ito, o impingement, ay madalas na nagdudulot ng pagputol ng rotator cuff. Sa mga batang atleta, karaniwan ang partikular na pattern ng sugyang ito at nangangailangan ng maingat na pagsusuri upang kumpirmahin ang diagnosis.

Minsan, maaaring masugatan ang maluwig na buto matapos ang pagkabagsak o sugat, bagama't bihira ito. Kung ikaw ay gagawin ang operasyon para sa ibang dahilan, tulad ng reverse total shoulder replacement, maaaring maranasan mo ang lokal na pagkapagod sa puntong ito sa 1 sa 4 na mga pasyente. Karaniwang nawawala ang pananakit na ito sa sarili nito sa paglipas ng panahon. Ang pagkakaroon ng karagdagang fragment ng buto ay hindi tila nakakaapekto sa iyong pangkalahatang resulta mula sa malaking operasyon ng pagpapalit ng balikat.

## Mga maitutulong namin dito

---

Karamihan sa mga tao ay nagsisimula sa sariling pag-aalaga at pisikal na terapiya upang pamahalaan ang sakit. Gabay ng iyong terapeuta ang mga ehersisyo upang palakasin ang mga kalamnan ng balikat at mapabuti ang galaw. Layunin ng paraang ito na bawasan ang pagkiskis kung saan nakatira ang karagdagang piraso ng buto. Dapat mong bigyan ng patas na pagsubok ang planong hindi pampasurgical bago isaalang-alang ang ibang hakbang.

Kung mananatili ang sakit, maaaring talakayin ng iyong doktor ang gamot o mga inyeksyon. Ang mga gamot na may anti-inflammatory ay makakatulong upang bawasan ang pamamaga at sakit sa paligid ng kasu-kasuan. Sa ilang kaso, ginagamit ang cortisone injection upang mabilis na paiti ang pamamaga. Habang hindi tiyak ng ebidensya ang eksaktong tagal ng mga tratamientong ito, maraming pasyente ang nakakahanap ng ginhawa habang gumagana ang gamot. Kung ikaw ay kompetitibong atleta, mabibigyang-pansin ng iyong doktor ang mga panganib nang mabuti, dahil karaniwang hindi inirerekomenda ang pampasurgical para sa mga propesyonal na manlalaro ng tennis.

Ang pampasurgical na operasyon ay karaniwang isaalang-alang lamang kung nabigo ang mga konservatibong pagsisikap na kontrolin ang iyong mga sintomas. Layunin ng operasyon na alisin ang hindi matatag na piraso ng buto o ayusin ito sa lugar upang pigilan ang nakakairit na galaw. Ang desisyong ito ay ginagawa kasama ng iyong doktor pagkatapos suriin ang iyong partikular na kaso at resulta ng imahen.

## Kailan kumonsulta sa doktor

---

Kumonsulta sa iyong doktor kung mayroon kang patuloy na sakit sa balikat na hindi gumagaling kahit magpahinga. Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung napapansin mo ang kahinaan, kawalan ng katatagan, o kung nakakabit o bumabagsak ang iyong balikat. Ang mga sintomas na nakakaapekto sa pagtulog o sa trabaho ay nangangailangan din ng pansin. Humingi ng tulong kung mararamdaman mo ang biglaang paglala ng sakit.

Ang kondisyong ito ay may kaugnayan sa mga sugat sa rotator cuff, na maaaring magdulot ng impingement dahil sa hindi normal na galaw. Bagama't bihira, maaaring masugatan ang kasukasuan matapos ang trauma. Kung ikaw ay propesyonal na manlalaro ng tennis, karaniwang hindi inirerekomenda ang operasyon, ngunit maaaring kumpirmahin ng espesyalista ang diagnosis sa pamamagitan ng pagsusuri at imahen.