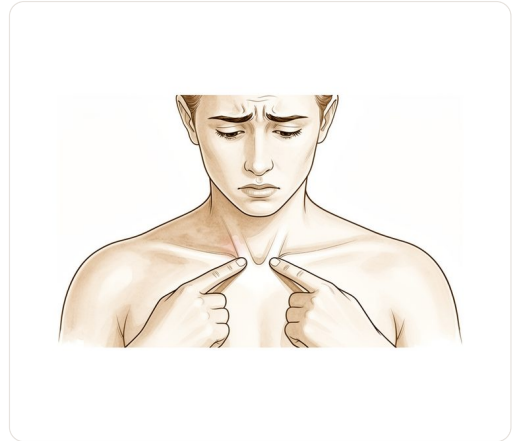


Mga Disorderng ng Sendromang Klavikular

Ang sternoclavicular na kasu-kasuan — kung saan ang collarbone ay nagtatagpo sa breastbone — ay maaaring maapektuhan ng arthritis, instability, o, sa bihirang kaso, ang isang seryosong posterior dislocation.

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

Ang sternoclavicular joint ay ang maliit na kasukasuan sa harap ng iyong dibdib kung saan ang loob na dulo ng iyong collarbone (clavicle) ay nagtatagpo sa iyong breastbone (sternum). Maaari mong maranasan ito bilang maliit na buntot na matatagpuan kaagad sa ilalim ng base ng iyong leeg, ilang sentimetro palayo sa gitnang linya. Madali itong makaligtaan hangga't walang nangyayaring problema dito.

Ang mga problema dito ay karaniwang lumalabas sa isa sa ilang paraan. May mga taong nakakaramdam ng malalim na **pananakit o tenderness** tepat sa itaas ng buntot na iyon, madalas na may kaunting pagbubulok, na lumalala kapag itinataas nila ang kanilang kamay, nagtatayo, nagtutulak, o nakahiga sa gilid na iyon. May iba naman na nararamdaman ang kasukasuan na **nagkiklik, nalilipat o nag-iiba** sa ilang mga galaw, minsan ay may kasamang kitang-kitang buntat na lumalabas at nawawala. At minsan, ang problema ay nagsisimula sa biglaang pinsala (isang pagbagsak sa balikat, isang tackle, o aksidente sa kotse), na sinundan ng sakit, pagbubulok, at pagbabago sa hugis ng kasukasuan. Ang nararamdaman ay nakadepende sa malaki kung alin sa mga ito ang nangyayari, at pinag-aaralan namin ito sa ibaba.

Ano ang nangyayari talaga

Ang sternoclavicular joint ay ang **tanging tunay na bony joint** na nag-uugnay sa buong braso at balikat sa natitirang bahagi ng iyong balangkas. Ang lahat ng ginagawa ng iyong braso ay nakakabit pabalik sa iyong dibdib sa pamamagitan ng isang maliit na joint na ito, kaya ito ay matibay na itinayo, nakabalot ng malalakas na ligaments. Maraming iba't ibang bagay ang maaaring makaapekto dito.

Arthritis (pagkasira ng mga ibabaw ng joint) ang pinakakaraniwang problema. Ang makinis na cartilage ay nagiging manipis sa paglipas ng panahon, ang joint ay maaaring pamahaw, at masakit kapag gumagalaw. Ito ay kadalasang nakikita sa mga **babae sa gitnang edad**, madalas nang walang anumang pinsala, at sa sarili nito ay isang abala kaysa panganib.

Atraumatic instability ay nangangahulugang ang joint ay dumudulas o bahagyang lumalabas sa tamang posisyon nang walang tunay na pinsala, karaniwan dahil ang mga ligaments ay likas na maluwag. Ito ay pinakakaraniwan sa mga **kabataan, flexible (hypermobile) na tao**, at ang clavicle ay kadalasang lumilipat pasulong (isang *anterior* na paglipat), na maaari mong makita bilang isang bula na lumalabas kapag gumagalaw sa isang partikular na paraan.

Traumatic dislocation ay nangyayari kapag ang isang malakas na puwersa ang nagtulak sa collarbone na ganap na lumabas sa joint. Kung ito ay lumipat **pasulong** (anterior), ito ay masakit at mukhang hindi normal ngunit bihira itong mapanganib. Ang isa na pinakamahalaga ay ang **posterior dislocation**, kung saan ang collarbone ay tinutulak pabalik, sa likod ng breastbone, papasok sa espasyo na naglalaman ng windpipe, ang swallowing tube at ang malalaking blood vessels ng dibdib. Ito ay bihira, ngunit maaaring maging seryoso. Higit pa rito sa huling seksyon.

Ano ang maaari naming gawin dito

Ang magandang balita ay **karamihan sa mga problema sa sternoclavicular ay naglalaum nang walang operasyon**.

Para sa **arthritis** at para sa **anterior (pasulong) instability**, ang unang hakbang na plano ay hindi operatibo at karaniwang epektibo: pagbabago ng mga aktibidad na nagpapalala nito, simpleng pagpapagaan ng sakit at gamot laban sa pamamaga, at pisyikal na terapiya upang mapahinahon ang kasukasuan at mapalakas ang mga sumusuportang kalamnan. Kung masakit pa rin ang arthritic na kasukasuan matapos ang makatwirang pagsubok nito, ang **steroid injection** sa kasukasuan ay maaaring mapahinahon ito at makatulong din upang kumpirmahin na ang kasukasuan ang pinagmumulan ng sakit.

Ang operasyon ay ang eksepsyon, hindi ang karaniwang paraan. Ito ay inialok lamang sa mga piniling pasyente na ang sakit o instability ay hindi naglalaum kahit na may tamang hindi operatibong paggamot. Depende sa problema, maaaring ito ay **pagpapatatag** ng kasukasuan (pagbuo muli ng mga ligamento upang mapanatili ang collarbone sa tamang posisyon) o, para sa matigas na arthritis, **pagputol ng nasira na dulo ng collarbone** upang alisin ang masakit na ibabaw mula sa epekto. Ito ay mabuti nang pinag-iisipan, dahil ang kasukasuan ay nasa tabi ng mahahalagang istraktura sa dibdib.

Ang **posterior dislocation** ay ang sitwasyon na hindi pwedeng hintayin. Karaniwan itong nangangailangan ng **urgent reduction** (pagbabalik ng kasukasuan sa tamang posisyon), at dahil sa mga nasa likod ng kasukasuan, madalas itong ginagawa sa operating theatre na may **chest o vascular surgeon na handang tumulong**, para sa anumang posibleng kailangan.

Ano ang inaasahan

Para sa arthritis at para sa karaniwang forward instability, ang prognosis ay nakakapagpagaan ng isip. Sa pamamagitan ng pagbabago ng aktibidad, pisikal na terapiya, at paglipas ng oras, ang karamihan sa mga tao ay nagkakaroon ng sapat na kaginhawaan upang magpatuloy sa kanilang karaniwang buhay, at marami sa kanila ay hindi na kailangan ng anumang iba pa. Ang mga flexible joints ay madalas na nagiging mas tahimik habang lumalakas ang mga kabilugang kalamnan at natututo kang iwasan ang ilang mga galaw.

Kapag kinakailangan ang operasyon, ito ay maaaring maging napaka-epektibo para sa angkop na tao, ngunit ang paggaling ay nangangailangan ng pasensya: isang panahon ng pagprotekta sa joint na sinundan ng unang-unang pagbabalik sa aktibidad sa loob ng ilang buwan. Ang iyong surgeon ay ipapaliwanag sa iyo ang partikular na plano para sa iyong sitwasyon.

Ang isang posterior dislocation na agad na pinapagaling ay karaniwang maganda ang resulta kapag ang joint ay ligtas na ibinalik sa tamang posisyon. Ang pinakamahalaga ay ang bilis: kunin ang pagtatasa at pagbabalik sa tamang posisyon nang maaga.

Kailan pumunta sa doktor

Pumunta sa iyong doktor kung mayroon kang:

- **Patuloy na sakit, pamamaga, o pagkapagod** sa kasukasan sa harap ng dibdib na hindi nawawala, o isang bula na paulit-ulit na lumilipat.
- **Isang kasukasan na tila hindi matibay** o paulit-ulit na lumilipat sa ilang galaw at nakakapaglimita sa iyong kakayahan.
- **Sakit pagkatapos ng pinsala** sa harap ng balikat o dibdib, lalo na kung tila hindi tama ang itsura o pakiramdam ng kasukasan.

Ituring itong emergency: tumawag ng ambulansya o pumunta agad sa pinakamalapit na emergency department kung, pagkatapos ng malakas na banggaan o pinsalang may mataas na enerhiya sa balikat o dibdib, mayroon kang:

- **Paghirap sa paghinga**, pakiramdam ng presyon o pagkabulok, o pagbabago sa iyong boses.
- **Paghirap o sakit sa paglunok.**
- **Pamamaga, pagbabago ng kulay, paglamig o pamamanhid sa braso**, o mahinang pulso sa gilid na iyon.

Maaaring ito ay mga senyales ng **posterior dislocation** na pumipindot sa trakea, esofago, o malalaking ugat ng dugo sa likod ng sternum. Ito ay bihira, ngunit nangangailangan ng agad na pagsusuri sa ospital. Huwag hintayin na makita kung ito ay mawawala.