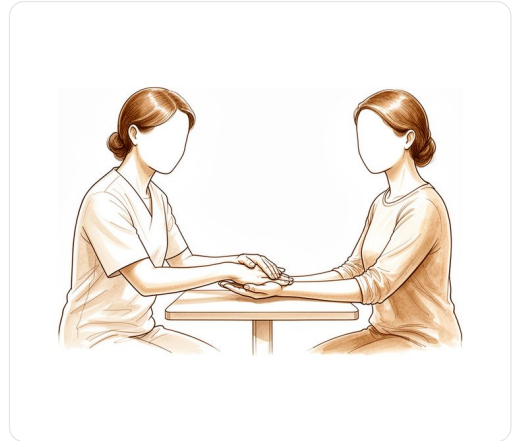


Pagpapalaya ng Carpal Tunnel

Ang carpal tunnel: isang makitid na espasyo sa pulso kung saan dumadaloy ang median nerve kasama ng siyam na flexor tendons sa ilalim ng isang mahigpit na ligament. Ang operasyon para sa carpal tunnel release ay nagbubukod sa ligament na iyon upang bawasan ang presyon sa nerve.

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 ito ang inirekomendang operasyon

Inirekomenda ng iyong doktor ang carpal tunnel release dahil malamang na mayroon kang carpal tunnel syndrome, isang kondisyon kung saan ang pagpindot sa isang nerbiyo sa iyong pulso ay nagdudulot ng sakit at pamamanhid. Karaniwang inihahain ang operasyong ito kapag hindi sapat ang relief na dulot ng mga non-operative na opsyon tulad ng mga splints o injections. Ito ang pamantayang paggamot upang bawasan ang pagpindot sa median nerve, na dumadaan sa isang masisikip na tunnel sa iyong pulso.

Ang pangunahing layunin ng operasyong ito ay bawasan ang iyong mga sintomas at mapabuti ang pag-andar ng kamay. Ipinapakita ng ebidensya na 97% ng mga pasyente ay nakakaranas ng kumpletong o bahagyang relief pagkatapos ng prosedurang ito. Habang ang buong paggaling ay kumakailangan ng average na halos 6 buwan, karamihan sa mga tao ay nakakakita ng makabuluhang pagpapabuti sa sakit at paggamit ng kamay.

Napakapektibo ng operasyong ito at bihira nang kailanganin muli, na nag-aalok ng pangmatagalang solusyon sa pagpindot na nagdudulot ng iyong hindi kagustuhan.

Bago ang operasyon

Kailangan mong mag-fasting bago ang iyong operasyon at ayusin ang pagdadala ng isang tao na magbibiyaha sa iyo pauwi. Dalhin ang isang listahan ng lahat ng iyong kasalukuyang gamot sa iyong appointment. Maaaring mag-order ang iyong surgeon ng mga pagsusuri tulad ng X-ray, MRI, o blood work upang suriin ang iyong kalusugan at magplano ng prosedura. Tumutulong ang mga pagsusuring ito upang matiyak na handa ka para sa operasyon. Dapat kang magsuot ng komportableng damit sa araw ng operasyon. Bibigyan ka ng tiyak na mga instruksyon ng iyong surgeon tungkol sa pagtigil ng anumang gamot bago ang petsa. Ang operasyong bukas na ito ay gumagamit ng isang hiwa sa iyong pulso upang bawasan ang pressure sa iyong nerbiyos.

Sa araw ng operasyon

Dadating ka sa ospital at tatagpoan ka ng iyong anesthesiyologo upang talakayin kung ikaw ay matutulog o gising habang ginagawa ang operasyon. Ang operasyong ito ay maaaring gawin gamit ang lokal na anestesya (isang suntok na nagpapabango lamang sa lugar ng operasyon, habang gising ka pa) o sa ilalim ng pangkalahatang anestesya (ganap na matutulog). Karamihan sa mga tao ay nagpili ng lokal na anestesya: mas mabilis ang paggaling at maaari kang umuwi agad pagkatapos ng operasyon. Kung mas gusto mong matulog, ito rin ay isang makatwirang pagpipilian; talakayin ito sa iyong doktor na nagpapasigla at anesthesiyologo.

Pagkatapos, pupunta ka sa silid-opera kung saan gagawa ang iyong doktor ng isang hiwa sa ibabaw ng pulso upang bawasan ang presyon sa iyong nerbiyos. Pagkatapos nito, magigising ka sa recovery area na may magaan na balot at splint sa iyong kamay. Karaniwang maaari mong alisin ang balot sa bahay dalawa o tatlong araw pagkatapos ng operasyon upang dahan-dahang hugasan ang lugar. Ang mga sutura ay tatanggalin pagkatapos ng 10 hanggang 14 araw, at maaari mong patuloy na gamitin ang splint para sa kaginhawaan sa loob ng 14 hanggang 21 araw.

Ano ang kinabibilangan ng operasyon

Gagawa ang iyong doktor ng isang hiwa sa palad ng iyong pulso. Ang hiwang ito ay nakatuon sa ulnar na bahagi upang maiwasan ang pagputol ng isang maliit na sensory branch ng nerbiyo. Kung putulin ang branch na ito, maaari itong magdulot ng masakit na buntis sa peklat na maaaring kailangang alisin sa ibang pagkakataon. Hinahati ng doktor ang matigas na patong ng balat upang mahanap ang makapal na banda ng tissue na pumipigil sa iyong nerbiyo.

Sa loob, ginugupit ng doktor ang banda na ito, na kilala bilang transverse carpal ligament o flexor retinaculum. Ito ay nagpapalaya sa trapped median nerve mula sa tunnel ng tissue. Tinitiyak ng doktor na lahat ng bahagi ng mahigpit na banda ay nahahati upang ganap na mabawasan ang presyon. Pagkatapos ng release, isasara ang hiwa gamit ang mga tahi na aalisin pagkatapos ng 10 hanggang 14 araw. Uuwi ka kasama ang isang light compression dressing at splint para sa kaginhawaan.

Pagkatapos ng operasyon

Gising ka sa isang recovery ward kung saan pinamamahalaan ang iyong sakit gamit ang karaniwang gamot. May magaan na compression dressing at volar splint ang iyong kamay para sa kaginhawaan. Maaari mong dahan-dahang galawin ang iyong mga daliri at kamay sa pinakamaagang posibleng oras pagkatapos ng operasyon. Ito ay isang day case, kaya pupunta ka sa bahay sa parehong araw. Kailangan mong magkaroon ng kasama na manatili sa iyo sa loob ng unang 24 na oras. Karaniwang maaari mong alisin ang dressing sa bahay sa loob ng 2 o 3 araw upang maghugas nang dahan-dahan. Ang mga sutures ay tinatanggal pagkatapos ng 10 hanggang 14 na araw. Maaari mong panatilihin ang splint para sa kaginhawaan sa loob ng 14 hanggang 21 na araw.

Pagbawi

Maaaring maranasan mo ang sakit at pamamaga sa iyong kamay at pulso kaagad pagkatapos ng operasyon. Normal ito habang gumagaling ang iyong katawan. Maaaring irekomenda ng iyong doktor ang isang magaan na compression dressing at splint upang mapanatili ang kaginhawaan ng iyong pulso. Karaniwang maaari mong alisin ang dressing sa bahay pagkatapos ng ilang araw upang banlian ang iyong kamay nang dahan-dahan.

Habang humihina ang pamamaga, magsisimula kang gumalaw ng iyong mga daliri at pulso muli. Gabayin ka ng iyong doktor kung kailan ligtas na humawak ng mga bagay nang walang sakit. Maaaring kailanganin mong magsuot ng splint para sa karagdagang kaginhawaan sa loob ng ilang linggo habang bumabalik ang lakas ng iyong kamay. Karamihan sa mga tao ay nakakakita ng malaking pagpapabuti ng mga sintomas sa mga lugar na nasa labas ng pangunahing distribusyon ng nerbiyos.

Ang buong pagbawi ay nangangailangan ng oras, at maaaring hindi mo mararamdaman ang ganap na pagbabalik sa normal na katayuan sa loob ng ilang buwan. Ang iyong timeline ay nakadepende sa uri ng iyong trabaho at sa kung paano tumutugon ang iyong katawan. Ang iyong doktor at pisyikal na terapeuta ay tutulong sa iyo na harapin ang mga pagbabagong ito at gabayan ka sa pagbabalik sa mga pang-araw-araw na gawain.

Maaaring mangyari

Karamihan sa mga pasyente ay magaling, 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 mapansin mo na hindi ganap na nawawala ang iyong mga sintomas. May ilang tao na hindi nararamdaman na ganap na silang nagbawi hanggang halos 6 buwan pagkatapos ng operasyon. Kung ang iyong sakit o pangangati ay nananatiling pareho o lumala pagkatapos ng panahong ito, ipaalam ito sa iyong surgeon.

Bihasa na hindi na kailangang gawin muli ang operasyong ito. Kung gagawin mo ito muli, karaniwan ay hindi ito makakatulong. Gayunpaman, kung may blood clot sa isang vein sa iyong kamay, maaaring maranasan ang biglaang pamamaga at pagkapagod. Kung mangyari ito, humingi ng tulong medikal agad upang mabilis itong gamutin.

Maaaring mag-alala ka na ang iyong edad o katayuan sa trabaho ay nakakaapekto sa iyong pagbawi. Bagama't maaaring mas mahirap para sa mga matatanda sa maikling panahon, karamihan sa mga tao ay nakakakita ng malaking pag-unlad sa kanilang pag-andar ng kamay at sakit. Kung ikaw ay nasa workers' compensation, maaaring mahirap o mas matagal ang iyong pagbawi kumpara sa iba.

Ang mga resulta sa pangmatagalan ay karaniwang maganda. Karamihan sa mga tao ay nakakakuha ng kumpletong o bahagyang ginhawa mula sa kanilang mga sintomas. Gayunpaman, isang maliit na bilang ng mga tao ay maaaring makita na ang kanilang mga sintomas ay bumabalik o nananatiling pareho. Kung pakiramdam mo ay hindi gumagaling ang iyong kamay, o kung may bagong sakit, itaas ito sa iyong susunod na pagsusuri.

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 ikaw ay magkaroon ng lagnat, lumalalang pamumula, o paglabas ng likido mula sa iyong hiwa. Pumunta sa emergency room kung ikaw ay magkaroon ng biglaang matinding sakit, mapansin ang pamamaga sa iyong binti, o magkaroon ng hirap sa paghinga. Agad na kontakin ang iyong doktor kung mawalan ng pakiramdam sa iyong kamay o hindi mo na makagalaw ang iyong mga daliri. Bagama't karamihan sa mga pasyente ay nakakaramdam ng pagpapabuti sa loob ng tatlong linggo, ang buong paggaling ay tumatagal ng halos anim na buwan. Kung hindi umuunlad o bumabalik ang mga sintomas, ipaalam ito sa amin.