

PATIENT INFORMATION

# Pagkalabas ng De Quervain

Ang pagsusuri ng Finkelstein ay nagpapakita ng sakit na dulot ng de Quervain: ang pagtatago ng hinlalaki sa loob ng kamay na nakapit na palad at ang pagliko ng pulso sa gilid ay humihigpit sa mga nanununggang tendon. Ang arrow ay nagpapakita ng karaniwang lokasyon ng sakit sa gilid ng pulso kung saan matatagpuan ang hinlalaki.

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 inirekomenda ang operasyong ito

Inirekomenda ng iyong surgeon ang operasyong ito dahil mayroon kang de Quervain's tenosynovitis, isang kondisyon kung saan namamaga at masakit ang mga tendon sa gilid ng iyong pulso na nasa tabi ng hinlalaki. Ang operasyong ito ay kinabibilangan ng paggawa ng maliit na hiwa upang paluwagin ang mahigpit na balot na sumasakop sa mga tendon na ito, upang muling makagalaw nang malaya ang mga ito. Karaniwang inaalok ito kapag hindi sapat ang relief mula sa mga non-operative na opsyon, tulad ng corticosteroid injections at pahinga.

Maaaring inirekomenda ang prosedurang ito sa iyo dahil patuloy ang iyong sakit, o dahil mayroon kang mga partikular na salik tulad ng testosterone replacement therapy na nagpapataas ng risk na kailanganin ang operasyon. Ang pangunahing layunin ng operasyong ito ay alisin ang iyong sakit at ibalik ang function ng iyong kamay upang makagamit ka ng iyong hinlalaki nang walang discomfort. Bagama't karamihan sa mga pasyente ay nakakakita ng epektibong resulta mula sa treatment na ito, nais ng iyong surgeon na siguraduhing naiintindihan mo na kailangan ng oras ang recovery at ang layunin ng prosedura ay solusyunan ang root cause ng iyong sakit sa pulso.

## Bago ang operasyon

Mangyaring mag-fasting sa loob ng oras na itinakda ng iyong surgeon at mag-arrange ng sakayan pauwi. Dalhin ang listahan ng lahat ng gamot na iyong ininom, kabilang ang testosterone o growth hormone, dahil maaari itong makaapekto sa iyong operasyon. Magsuot ng komportadong damit. Maaaring kailanganin ng X-ray upang mapatunayan na wala ibang dahilan ng sakit sa pulso kung hindi babagay ang iyong mga sintomas kahit magpahinga. Susuriin ng iyong surgeon ang iyong kalusugan at maaaring mag-order ng mga blood test o

assessment ng anestesia upang matiyak na ligtas ka para sa proseso. Ang operasyong ito ay gumagamit ng isang maliit na hiwa sa itaas ng masakit na lugar upang paluwagin ang mahigpit na tissue.

## Sa araw ng operasyon

---

Dadating ka sa ospital at tatagpoan ka ng iyong surgeon at anaesthetist upang kumpirmahin ang iyong plano. Ang operasyong ito ay maaaring gawin sa ilalim ng local anaesthetic (isang inyeksyon na nagpapabango lamang sa lugar ng operasyon, habang ikaw ay gising) o sa ilalim ng general anaesthetic (ganap na natutulog). Karamihan sa mga tao ay pumipili ng local: mas mabilis ang paggaling at maaari kang umuwi agad pagkatapos. Kung mas gusto mong matulog, ito rin ay isang makatwirang pagpipilian; talakayin ito sa iyong surgeon at anaesthetist.

Pagkatapos, pupunta ka sa operating theatre kung saan gagawin ng iyong surgeon ang release sa pamamagitan ng isang maliit na putol sa gilid ng iyong pulso. Pagkatapos ng operasyon, magising ka sa recovery room habang sinusuri ng mga staff na komportable at stable ka. Karaniwan, maaari kang umuwi sa parehong araw kapag handa ka na.

## Mga Detalye ng Operasyon

---

Gagawa ang iyong doktor ng isang hiwa sa likod ng iyong pulso upang maabot ang unang dorsal compartment. Ito ang tunnel ng tissue na nagsisikip sa iyong mga tendon. Sa loob, ilalabas ng iyong doktor ang mahigpit na banda ng tissue, na kilala bilang retinaculum, upang malaya ang mga tendon. Sa ilang kaso, maaaring gamitin ang Z-plasty upang palawakin ang banda kung kinakailangan. Kung matukoy na hiwalay na compartment lamang ang nagsisikip sa tendon ng hinlalaki, susuriin ng iyong doktor ang parehong lugar upang matiyak ang kumpletong pagpapagaan.

Kapag nalabas na ang mahigpit na tissue, isasara ng iyong doktor ang hiwa gamit ang mga tahi. Ang mga tahi ay maaaring matunaw nang sarili o alisin sa ibang pagkakataon. Ang proseso ay nakatuon sa pag-alis ng pagkakasikip na nagdudulot ng sakit at pag-trigger. Parehong epektibo ang simpleng paglilabas at Z-plasty para sa kondisyong ito. Titiyakin ng iyong doktor na kumpleto ang paglilabas upang maiwasan ang hindi pagkaka-intindi na dulot ng hindi kumpletong paggamot o galaw ng tendon.

Ang bukas na pamamaraang ito ay nagbibigay-daan sa iyong doktor na direktang makita at gamutin ang mga istrukturang kaakibat. Bagaman mayroong ibang mga teknik, ang pamamaraang ito ang pinili dahil sa kanyang pagiging maaasahan sa pagharap sa pinagmulan ng iyong mga sintomas. Ang layunin ay ibalik ang makinis na galaw sa iyong hinlalaki at pulso nang walang karagdagang paghihigpit.

## Pagkatapos ng operasyon

---

Gising ka sa isang recovery ward kung saan ang iyong medical team ang magmamaneho ng iyong sakit. Ang iyong surgeon ay gumagamit ng isang simpleng conventional incision sa ibabaw ng operative site. Karaniwan itong day case, kaya inaasahan mong makauwi ka sa parehong araw, bagaman minsan ay nananatili ang mga

pasyente ng isang gabi. Mayroon kang dressing at sling o brace upang protektahan ang iyong pulso. Kailangan mong magkaroon ng taong nananatili sa iyo sa loob ng unang 24 na oras upang tulungan ka. Ang banayad na paggalaw ng iyong mga daliri ay inirerekomenda agad upang panatilihin ang paggalaw nito. Karamihan sa mga tao ay handa nang bumalik sa magaan na pang-araw-araw na gawain sa loob ng ilang araw. Ang iyong surgeon ay susuriin ang iyong mga instruksyon sa wound care bago ka lumabas sa ospital.

## Pagbawi

---

Agad pagkatapos ng iyong operasyon, mararamdaman mo ang pananakit at pamamaga sa paligid ng iyong hinlalaki at pulso. Normal ito. Maaaring maglagay ang iyong doktor ng magaan na bandage o splint upang protektahan ang lugar habang ito ay gumagaling. Dapat mong itaas ang iyong kamay sa itaas ng iyong puso sa pinakamaraming oras upang matulungan ang pagbaba ng pamamaga.

Maaaring magsuot ka ng splint o brace sa loob ng maikling panahon upang panatilihin tahimik ang iyong hinlalaki. Ang iyong doktor at pisyikal na terapistang magbibigay-daan sa iyo kung kailan magsisimula ng banayad na galaw. Maaari kang gumawa ng simpleng ehersisyo ng mga daliri upang panatilihin gumagalaw ang iyong kamay habang pahinga ang hinlalaki. Iwasan ang mabigat na pagkapit o pag-angat hangga't hindi pa nagbibigay ng pahintulot ang iyong doktor.

Habang bumababa ang pamamaga, mapapansin mo na mas maluwag at mas kaunti ang sakit sa iyong kamay. Dahan-dahan kang babalik sa mga pang-araw-araw na gawain tulad ng pagkain o pagsulat kapag sinabi ng iyong doktor na ligtas na ito. Iba-iba ang iyong timeline para sa buong pagbawi, kaya ang iyong doktor at pisikal na terapistang magbibigay-daan sa iyo sa bawat hakbang.

## Maaaring mangyari

---

Karamihan sa mga pasyente ay magaling, ngunit minsan ay may mga problema. Ang iyong surgeon at ang koponan ay magbantayan nang mahigpit upang maagang matukoy ang anumang isyu.

Kung may diabetes ka, maaaring mapansin mo na hindi gaanong epektibo ang isang steroid injection kumpara sa ibang mga tao. Maaaring kailanganin mong pag-usapan ang ibang mga opsyon kung hindi mawawala ang sakit pagkatapos ng unang pagsubok.

Kung maraming steroid injections na ang natanggap mo bago, maaaring mas mababa ang tsansang matagumpay ang paggamot ngayon. Mas maraming beses kang nakatanggap ng injection, mas mababa ang tsansang lubos nitong ayusin ang problema.

Minsan, isang sugat sa iyong pulso ang nagdudulot ng kondisyong ito, ngunit madalas itong hindi napapansin sa simula dahil bihira ito. Kung may kamakailan kang sugat at patuloy ang sakit, ipaalam sa iyong surgeon upang hanapin ang partikular na dahilan na ito.

Habang ginagamit ng iyong surgeon ang karaniwang bukas na hiwa, dapat mong bantayan ang mga senyales ng iritasyon ng nerbiyos. Maaaring maranasan mo ang biglaang pamamanhid, pagkawala ng pakiramdam, o

pakiramdam ng pagsunog sa likod ng iyong kamay o hinlalaki. Kung mangyari ito, ipaalam agad sa iyong surgeon.

Kung mapansin mo ang malalim na sakit na hindi gumagaling sa simpleng gamot pang-alis ng sakit, o kung magkaroon ng napakalinding at pamamaga sa lugar, tawagan agad ang klinika. Ang mga senyales na ito ay maaaring nangangahulugang kailangan ng agarang pansin.

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

## Kailan tawagan ang amin

---

Tawagan kami kung mayroon kang lagnat, lumalalang pamumula, o paglabas ng likido mula sa sugat. Pumunta sa emergency kung bigla kang nararamdaman ng matinding sakit, may pamamaga sa binti, o nahihirapan huminga. Agad kaming kontakin kung mawalan ng pakiramdam sa iyong kamay o hindi mo na makagalaw ang iyong limb. Kailangan ng agad na pagsusuri ng iyong surgeon ang mga senyales na ito.