

# Fraktura ng Distal Radius

X-ray ng isang displaced distal radius fracture — ang pinakakaraniwang pattern ng fracture sa mga matatanda. Ang dulo ng buto ng forearms ay nabasag kaagad sa itaas ng wrist joint at lumipat sa labas ng tamang linya.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0



Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

## Ang nararamdaman mo

Maaaring masaktan ang iyong pulso at forearms kung saan nangyari ang pagkabasag. Karaniwang matalim ang sakit sa simula, pagkatapos ay magiging malalim na pananakit. Maaaring mapansin mo ang pamamaga at paitim na kumakalat pababa sa iyong kamay. Ang pangunahing layunin ng iyong doktor sa pagsasagawa ng operasyon ay maiwasan ang mga komplikasyon mula sa pinsalang ito. Mahalaga ang maagang pagdi-diagnose at paggamot upang maiwasan ang mga pangmatagalang epekto.

Ang mga simpleng galaw ay maaaring maging mahirap. Maaaring mahirapan kang umabot sa likod upang isara ang bra. Ang pagtatakip ng damit o pag-ikot ng hawakan ng pinto ay maaaring maging matigas o masakit. Ang pag-angat kahit ng magagaan na bagay ay maaaring magdulot ng paglala ng sakit. Gagawin ng iyong doktor ang kailangan upang ibalik ang normal na hugis ng iyong mga buto. Tinitiyak nito na mababawi mo ang iyong kakayahan at babawasan ang sakit sa paglipas ng panahon.

Maaaring lumala ang sakit sa gabi o pagkatapos ng aktibidad sa loob ng araw. May mga araw na mas maganda kaysa sa iba habang nagpapagaling. Bagama't ang pagpapagaling ng buto ang pangunahing pokus, ang mga isyu sa malambot na tisyu ay maaari ring magdulot ng discomfort. Kasama rito ang iritasyon ng tendon o sensitibidad ng nerbiyo. Sa bihirang kaso, nangyayari ang pinagsamang isyu sa nerbiyo, ngunit sobrang bihira ito. Babantayan ng iyong doktor ang mga lugar na ito nang maigi.

Maaaring mag-alala ka tungkol sa pangmatagalang katigasan o arthritis. Ang pagkaantala sa pagdi-diagnose ng ilang sugat sa ligamento ay maaaring magdulot ng arthritis sa loob ng 10 taon kung hindi gagamutin. Gayunpaman, sa tamang pag-aalaga, gumagaling nang maayos ang karamihan sa mga tao. Napakababa ang risk na hindi magpapagaling ang buto. Maaaring gumamit ang iyong doktor ng mga partikular na teknik upang istabilize ang basag. Layunin ng mga pamamaraang ito na magbigay ng istruktural na katatagan at tulungan kang bumalik sa mga pang-araw-araw na gawain nang mas maaga.

Iwasan ang pagsisikap na lumampas sa matinding sakit. Kung mararamdaman mo ang biglaang kawalan ng pakiramdam, pamamanhid, o pagtaas ng pamamaga, kumontak sa iyong care team. Maaaring ito ay mga senyales ng mga komplikasyon sa malambot na tisyu. Gabayan ka ng iyong doktor sa mga ligtas na galaw. Ang pagpapahinga ng braso at pagtaas nito ay makakatulong upang pamahalaan ang pamamaga. Sundin ang payo ng iyong doktor kung kailan magsimula ng banayad na galaw. Ang balanse na ito ay nagpoprotekta sa nagpapagaling na buto habang pinapanatili ang mobility ng iyong mga kasukasuan.

## Ano ang nangyayari talaga

---

Ang distal radius fracture ay isang pagbasag sa malaking buto ng iyong forearms malapit sa pulso. Ang bahaging ito ay nagsisilbing kritikal na shock absorber para sa iyong kamay. Kapag nahulog ka sa isang nakalatag na kamay, ang puwersa ay umaakyat sa iyong braso at maaaring putulin ang butong ito. Karaniwang nagdudulot ang pagbasag na ang mga dulo ng buto ay lumilipat mula sa kanilang tamang posisyon, isang proseso na kilala bilang displacement. Ang maling pagkakahanay na ito ay nagdudulot ng pagkasira sa makinis na ibabaw ng kasukasuan, na nagiging sanhi ng sakit at katigasan sa paggalaw.

Ang pangunahing layunin ng iyong surgeon ay ibalik ang natural na hugis at pagkakahanay ng iyong pulso. Isipin ang iyong kasukasuan ng pulso bilang isang hinge sa pinto. Kung ang frame ng pinto ay nakabaluktot, hindi ito saras o maayos na bubuksan. Gayundin, kung ang radius ay hindi tama ang pagkakahanay, hindi maayos ang pagganap ng iyong pulso. Ang mga optimal na resulta ay nakadepende sa pagpapanatili at pagpapanumbalik ng anatomic alignment. Tinitiyak nito na ang mga buto ay tamang magkakasama, na nagbibigay-daan sa pagbawi ng lakas at range of motion.

Sa maraming kaso, ang pagbasag ay kasama ang metaphysis, ang mas malawak na bahagi ng buto sa itaas ng kasukasuan. Kung ang buto ay magbubulok sa bahaging ito, tinatawag itong comminution. Maaaring gumamit ang iyong surgeon ng bone graft substitutes upang punan ang mga puwang at magbigay ng structural stability. Ang mga materyales na ito ay nagsisilbing scaffolding, hawak ang mga piraso ng buto habang ang iyong katawan ay nagpapagaling. Ang risk na ang buto ay hindi magpapagaling, o nonunion, ay minimal sa mga fracture na ito.

Minsan, ang pagbasag ay kasama ng fracture ng ulnar styloid, isang maliit na bony bump sa kabilang buto ng forearms. Hindi mo kailangang mag-alala tungkol sa hiwalay na pagbasag na ito. Ang associated ulnar styloid fracture ay hindi nakakaapekto sa mga resulta ng iyong distal radial fracture. Ang iyong surgeon ay magpokus sa pag-stabilize ng radius, na ang pangunahing tagapagmana ng iyong pagbawi.

Ang mga komplikasyon ay biro pero kailangang pigilan. Ang nerve damage na kasama ang parehong median at ulnar nerves ay isang napakabiro na komplikasyon. Mahalaga ang maagang diagnosis at paggamot ng anumang isyu upang maiwasan ang mga long-term consequences. Ang iyong surgeon ay gagamit ng iba't ibang paraan upang ayusin ang buto, tulad ng external fixation na may percutaneous pins. Ang approach na ito ay nagbibigay ng reliable na magagandang resulta na may mababang rate ng komplikasyon para sa displaced fractures. Ang susi ay ang maagang pagkilala at pamamahala upang matiyak na bumalik ka sa buong function.

## Mga maitutulong namin dito

---

Ang pangunahing alalahanin mo ngayon ay ang pag-iwas sa mga komplikasyon. Mahalaga ang maagang pagdi-diagnose at paggamot upang maiwasan ang mga pangmatagalang epekto. Dapat mong magpokus sa sariling pamamahala at pisikal na terapiya muna. Gabayin ka ng iyong doktor sa mga ligtas na galaw. Ang layunin ay muling ibalik ang kakayahan nang hindi nagdudulot ng karagdagang pinsala. Maaaring mas malala ang mga komplikasyon sa malambot na tisyu kaysa sa pinsala sa buto mismo. Kasama rito ang pinsala sa tendon, disfunkshon ng nerbiyos, mga problema sa balat, at complex regional pain syndrome. Kailangan mong agad na iulat ang anumang bagong pamamanhid o matinding pamamaga. Ang sabay-sabay na palsy ng median at ulnar nerve ay napakabihira, ngunit nangangailangan ito ng pamantayang estratehiya sa pamamahala kung ito ay mangyari.

Ang medikal na pamamahala ay nakatuon sa pagkontrol ng sakit at pamamaga. Maaaring magreseta ang iyong doktor ng gamot pang-alis ng sakit o anti-inflammatories upang makapagpakalma ka. Sa ilang kaso, maaaring isaalang-alang ang mga inyeksyon tulad ng cortisone, hyaluronic acid, o PRP upang bawasan ang pamamaga at sakit. Layunin ng mga treatment na ito na magbigay ng ginhawa habang nagsisimula nang gumaling ang iyong katawan. Karaniwang limitado ang tagal ng epekto ng mga inyeksyon na ito, na nagbibigay-daan sa iyo na makilahok sa terapiya. Mahalagang tandaan na ang mga bone graft substitutes ay pangunahing ginagamit upang magbigay ng istruktural na katatagan kaysa sa simpleng pag-alis ng sakit. Minimal ang panganib ng nonunion sa mga distal radius fracture, kaya't nananatiling pokus ang pag-aalaga sa malambot na tisyu at pagkakanay.

Isinasagawa ang operasyon kapag naabot na ng konservatibong paggamot ang hangganan nito. Maaaring rekomendahan ng iyong doktor ang operatibong paggamot kung may malaking deformity o kawalan ng katatagan. Ang mga radiographic na salik, tulad ng metaphyseal collapse ratio, ay tumutulong na ma-predict ang kawalan ng katatagan. Ang kasamang ulnar styloid fracture ay hindi nakakaapekto sa mga resulta ng distal radial fracture, kaya't dapat mag-ingat ang mga kliniko sa pagpili ng operatibong paggamot para dito lamang. Ang external fixation na may dagdag na percutaneous pins ay isang mahusay na opsyon para sa mga displaced fracture. Ang paraang ito ay nagbibigay ng maaasahang magagandang resulta na may mababang rate ng reoperation at komplikasyon. Maaaring magbigay ang volar plating ng mas mahusay na radiological na resulta kumpara sa k-wiring, ngunit hindi ito laging nakakaugnay sa mas magandang functional na resulta sa 32 na buwan ng pagsubaybay. Ang mga optimal na resulta ay nakadepende sa maagang pagkilala at pamamahala ng anumang kasamang pinsala, tulad ng mga pinsala sa intrinsic carpal ligament. Ang pagkaantala sa pagdi-diagnose ng mga pinsalang ito sa ligament ay nagdudulot ng arthritis sa loob ng 10 taon kung hindi ito gagamutin.

## Ano ang inaasahan

---

Ang pangunahing layunin ng iyong surgeon ay pigilan ang mga komplikasyon at siguraduhing gumaling ka nang tama. Mahalaga ang maagang pagdi-diyagnosis at paggamot upang maiwasan ang mga pangmatagalang isyu. Karamihan sa mga tao ay gumagaling nang maayos kapag ang fracture ay tamang pinamamahalaan. Napakababa ang risk na hindi gumaling ang buto (nonunion).

Maaaring makita mo ang kaunting pagbaba ng taas ng iyong wrist bone kukuha ka ng plate. Normal ito at karaniwang hindi nakakaapekto sa iyong final result. Kung mayroon kang maliit na fracture sa gilid ng iyong wrist (ulnar styloid), karaniwang hindi nito binabago ang iyong outcome. Ang iyong surgeon ang magdesisyon kung kailangan ng surgery batay sa pangunahing break, hindi lamang sa piraso sa gilid na ito.

Minsan, mas malala ang mga sugat sa malambot na bahagi (soft tissue injuries) kaysa sa sariling pagkabasag ng buto. Kasama rito ang iritasyon ng tendon, mga isyu sa nerve, o mga problema sa balat. Napaka-rare ang combined nerve damage. Kung mayroon kang complex na break na may dislocation, ang maagang pagkilala at pagpapanatili ng mga buto sa tamang posisyon ang susi sa magandang outcome. Ang pagka-delay na pagdi-diagnosis ng mga sugat sa ligament sa wrist ay maaaring magdulot ng arthritis sa loob ng 10 taon kung hindi gagamutin.

Sa pamamagitan ng mga modernong teknik, maaaring ibalik ng iyong surgeon ang hugis at katatagan ng buto. Tumutulong ito upang muling makabalik ka sa iyong function nang mas maaga. Ang external fixation gamit ang mga pins ay isang mahusay na opsyon para sa mga displaced fractures, na nag-aalok ng maaasahang mga resulta na may mababang rate ng komplikasyon at reoperation. Ang volar plating ay nagbibigay ng mas mahusay na pagkakahanay ng buto sa X-rays kumpara sa mga wires, bagaman ang mga functional outcomes sa 32 buwan ay katulad.

Kung iiwan ito o gagamutin nang hindi tama, maaaring magpatuloy ang mga komplikasyon. Babantayan ka ng iyong surgeon nang mahigpit upang maunawaan ang anumang mga isyu nang maaga. Karamihan sa mga pasyente ay makakabalik sa magandang paggamit ng kanilang wrist. Inaasahan mo ang patuloy na pagpapabuti sa loob ng mga linggo at buwan. Sundin ang payo ng iyong surgeon upang protektahan ang iyong mga gumagaling na tisyu at maiwasan ang mga setback.

## Kailan pumunta sa doktor

---

Kumonsulta sa iyong doktor kung mayroon kang patuloy na sakit na hindi gumagaling kahit pahinga, o kung napapansin mo ang kahinaan o kawalan ng katatagan sa iyong pulso. Humingi ng pagsusuri ng espesyalista kung ang iyong mga sintomas ay nakakaapekto sa pagtulog o trabaho, o kung may biglaang paglala. Mahalaga ang maagang pagdi-diagnos at paggamot upang maiwasan ang mga pangmatagalang epekto. Ang mga komplikasyon sa malambot na tisyu ay maaaring mas malala kaysa sa sugat sa buto mismo. Halimbawa, ang pagkaantala sa pagdi-diagnos ng mga pinsala sa intrinsic carpal ligament ay nagdudulot ng arthritis sa loob ng 10 taon kung hindi gagamutin. Ang pangunahing alalahanin ng iyong surgeon ay ang pag-iwas sa mga isyung ito sa pamamagitan ng maagang pagkilala at pamamahala.